ZAMAN 1 EKİM 2005 CUMARTESİ SAYI: 147 ZAMAN'LA BİRLİKTE SATILIR www.zaman.com.tr/ailem

ailem

ORUÇ BİZE NE ÖĞRETİR?

- Çocuklar, Ramazan'ı aileden görerek seviyor
- Oruçla ilgili merak edilen sorulara cevaplar
- Filipinli Reyyan: Ramazan Türkiye'de daha güzel



SİZİN İÇİN

ESMA'ÜL HÜSNA

40 DUA

Çocuklar İçin NAMAZ DUALARI

Okuması Taşıması ÇOK KOLAY!

40 HADİS KARTELASI

MEVLANA'DAN İNCİLER
Pearls of Wisdom from MAWLANA

Bediüzzaman'dan HAKİKAT TOMURCUKLARI

KUR'AN'DAN PEYGAMBER DUALARI

Ramazan'da elinizde bulunsun!

En güvenilir İslami kaynaklardan derlenen temel bilgiler kartela şeklinde hizmetinizde...

- 250 gr kuşe kağıt
- Tamamı renkli
- Selefonlu
- 5x14 cm ebadında
- Kartela tarzı özel perçin cilt

Her biri sadece **1 YTL**

MEVLANA'DAN İNCİLER
Pearls of Wisdom from MAWLANA

Çocuklar İçin NAMAZ DUALARI

YENİ!

Hazırlayan:
Mustafa Güner
info@mustafaguner.com
Yapım: FSF (212) 549 52 52

Genel Dağıtım:
GÖKKUŞAĞI (212) 519 39 05



NT MAĞAZALARI VE SEÇKİN KİTAPÇILARDA.

İÇİNDEKİLER

ZAMAN ailem

1 EKİM 2005 CUMARTESİ SAYI: 147

Feza Gazetecilik A.Ş. Adına İmti-	yaz Sahibi Ali Akbulut
Genel Yayın Müdü-	rü
Yayın Danışmanı	Hamdullah Öztürk
Yayın Editörleri	Serhat Şeftali Mustafa Aydın Şemsinur B. Özde-
Katkıda Bulunan-lar	Ali Demirel Ali Budak
Tasarım	Mehmet Şimşek
Kapak Fotoğrafı	İsa Şimşek
Sorumlu Müdür ve Yayın Sahibi Temsil-	cisi
Reklam Koordinatö-	rü
Yayın Türü	Yaygın Süreli

Zaman Gazetesi 34194 Yenibosna/İstanbul
Tel: 0212 454 1 454 (pbx) www.zaman.com.tr
Baskı: Feza Gazetecilik AŞ Tesisleri

http://www.zaman.com.tr/ailem
Öneri ve teklifleriniz için: ailem@za-

Ramazan, hayatımıza çeki düzen vermeye geliyor

Ramazan ayı insanı planlı programlı davranmaya iten bir ay. Gündemimizin ana maddesi ister istemez sabah ve akşam ezanı vakti oluyor. Ezanı, camiyi, namazı hissetmeyen, bilmeyen de "Allah-ü Ekber" sesini bekliyor. Yani bir yerde maneviyat frekanslarını almaya hazır bir vaziyette bulunuyor. İşte bu havayı yakalamak ve iyi değerlendirmek gerekir. Demir tavında dövülürmüş. Kalp, almaya hazır hale gelmişse onu boş çevirmemek gerekir.

Ramazan'ın havasını yakalamak adına da gayret etmeli, en ufak fırsatları büyük adımlara çevirebilme maharetini sergilemeliyiz. Ramazan'a 'merhaba' derken aynı zamanda "iman ve selamete" de 'buyurun' diyebilmeliyiz.

Hayat insanı hırpalıyor, bazen bütün enerjisini alıp götürüyor. Artık hiçbir şey size zevk vermiyor, yaşama amacını unutmuş, rüzgârın kâh o yana kâh öbür yana savurduğu bir insana dönmüşseniz; Ramazan'ı önümüze çıkan önemli bir fırsat olarak görebiliriz. Çünkü Ramazan bereketiyle, samimiyetiyle, neşe ve bütün güzelliğiyle geliyor. Sahur ve iftarların başlamasıyla sanki ortalık efsunlanıyor, hayrına verilen yardımların, yemeklerin ardı arkası kesilmiyor.

Milyonlarca insan yakın saatlerde sahura kalkıyor, oruç tutuyor, iftar ediyor, teravihe gidiyor. Bir ay boyunca yüreklerin topluca attığı gerçekten hissediliyor. Yani Ramazan bize yüreklerin bir arada atması için akort fırsatı tanıyor.

Ramazan demek aynı zamanda tempo demektir. Adımlar düzenli atılmalı, randevular saatinde yapılmalıdır. Vakit dar ve sınırlıdır. Bu da bizi düzenli bir hayata zorlar. Saatleri değil dakikaların hesabını yaparız. İftar yemeği, akşam namazı ve ardından teravih bir programın ürünüdür. Günlük hayata Kur'an okumak, tesbihat yapmak, namaz kılmak daha fazla girer. Her şey daha anlaşılır ve daha yaşanılır bir hayat içindir. Allah'a olan bağlılık pekiştirilir, "Ya Rab! Her günümüzü Ramazan kıl!" diye dualar edilir.

Ramazan'a hazırlanmak, Ramazan'a hazırlamak istiyoruz. İlk sahur, ilk iftar öncesi gündemimize Ramazan'ı getirmek için bir dizi çalışma yaptık. Ailem'in Ramazan sayısını beğeneceğinizi umuyoruz.

Serhat Şeftali | s.seftali@zaman.com.tr

Oruç tutmak neden çok önemli?

Oruç kendisini Hakk'a vermiş ve Allah için aç kalacak kimselerin yapacakları vazifenin belli bir zaman içinde formüle edilmiş şeklidir. Siz riyâzat yapacaksınız. Cesediniz rağmına rûhunuzu geliştireceksiniz. Letâifinize fer vereceksiniz, kuvvet kazandıracaksınız. Bunu yogiler gibi, mistikler gibi, kendi bildiğiniz gibi yapmayacaksınız. Rabb'in formüle ettiği, şekillendirdiği gibi yapacaksınız.

Binaenaleyh ne mücerret aç durmak bir meziyet ve fazilettir, ne de önüne gelen her şeyi abur-cubur yemek insanlıktır, fazilettir, meziyettir. Yerinde riyazat yapacaksın fakat yaptığın şeyi Rabb'in emirleri dairesi içinde yapacaksın. Onun içindir ki bir yogi sittin sene aç dursa altı ay ağzına bir şey koymasa Allah indinde fazilet ve meziyet adına bir adım ileriye atmaz.

Mümin akşam yer, sahurda yer. Allah'ın emri dairesi içinde orucu yaptığından dolayı sevap kazanır, meziyet kazanırda Allah -celle celâlühû- "Bu işi benim için yaptı, mükafatını da ben vereceğim." der.

Mümin cesedinin rağmına rûhunu terbiye edecek. Cesedine, tenine fazla düşkün olan insanların, kamil rûha sahip olmaları düşünülemez. Ancak Allah'ın vardığı ölçüler içinde, Resûl-ü Ekrem -aleyhi's-salâtü ve's-selâm-'ın pratikte yaşadığı ölçüler içinde, siz cesedinize kısmen perhiz yaptırtıp, riyazat çektirdiğiniz nispette, rûhunuzda yücelik duymaya başlayacaksınız. Ve bu bakımdan da Resûl-ü Ekrem -aleyhi's-salâtü ve's-selâm-, oruç tutmayı bu istikamette eli-ağzı, kulağı-dili, dudağı bağlamaya sabrın yarısı demiş. Ve sabra da dinin yarısı demiş. Böylece orucu ağzını bağlamayı Allah için dinin çeyreği saymıştır. Allah için oruç tutan bir insan dininin çeyreğini yaşıyor demektir. Geriye kalan ibadet-ü taatıyla, akidesiyle vesâiresiyle diğer üç çeyreğini de yaşayacak kamil, mükemmel mümin ve Müslim haline gelecektir.

FOTOĞRAF: AFP



Mabetleri ruhanilik sarar

Ramazan'da bazen mâbetleri -bu biraz da şahısların derunîliğine bağlıdır- öyle derin bir uhrevîlik sarar ki, insan orada minarelerden yükselen sesleri Bilal'in dudaklarından dökülüyor gibi dinler; imamı tam bir nâib ve halîfe pâyesiyle mümtaz görür; sağındaki-solundaki insanları da Peygamber görmüş kutlular gibi tahayyül eder, iliklerine kadar heyecan duyar, gözyaşlarıyla boşalır ve kendini Cennet'in bir adım berisinde gibi sanır.


Dicle
giyim
www.diclegiyim.com

Ramazan bizim üstümüze neşe ve aşk indirir

Ramazan'ın hemen her gelişinde, gökten inen bir sekîne gibi, o semâvî renk, câzibe ve şîvesiyle iner aramıza ve duyurur büyüsünü ruhlarımıza. Biz onu, o bir aylık misafirliği ile her gelişinde o kadar tılsımlı buluruz ki, geldiği gibi hep taptaze kalır aramızda ve giderken de bir hasret ve hicran bırakır içimize.. bekleriz bir sene boyu yeniden dönüp geleceği günleri. Vâkıa, orucuyla, iftarıyla, sahuruyla, teravihiyle ona karşı her zaman bir alışkanlık, bir ülfet de söz konusudur; bu itibarla da, bir mânâda gelişine çok hayret edilmez, gidişinde de şaşkınlık yaşanmaz. Ancak onun sadece vicdanlar tarafından duyulup sezilebilen öyle bir semâvî yanı vardır ki, nefislerimizi arındıran, gönüllerimize safvet çalan, hislerimizi bileyen ve her gelişinde bize yepyeni bir şîve ile çok farklı şeyler anlatan işte bu yönü ile o, hiçbir zaman solmaz, renk atmaz, matlaşmaz ve mihmandarlarını bıktırmaz; aksine hemen her zaman bir bahar edasıyla gelir tüllenir, sonra da içimizde bir hazan duygusu bırakır öyle çeker gider.

Evet o, hemen her sene, göklerin bir sırrı ve büyüsü olarak gelip başımıza boşalırken, önceki gelişlerinden çok farklı bir derinlikle kendini hissettirir. Biz de her defasında onu daha farklı, daha füsunlu bulur ve aşk ölçüsünde severiz. Aslında o gelirken, aylarla günlerle oynaya oynaya, mevsimden mevsime atlaya atlaya hep bir farklılık sergileyerek gelir; gelir ve gönüllerimizde mevsimlerin havası, rengi ve deseni ile tüllenir: Bazen Ramazan o semâvî sıcaklığını karın-kışın bağrına boşaltır; bazen yaz günlerinin hararetiyle bütünleşerek bize iradelerimizin hakkını vermeyi hatırlatır ve bir mânâda azmimizi biler, basiretlerimize kalbî ve rûhî hayat ufkunu gösterir; bazen şebnemler gibi bahar çiçekleri üzerine konar ve bize diriliş şiirleri söyler; bazen de hazanın kasvetini semâvî neşvesiyle delerek bizi dünyevîliğin darlıklarından uhrevîliğin ferah-fezâ iklimlerine alır götürür.

Ramazan bizi zorluklara alıştırır

Ramazan-ı Şerif orucu senenin her ay ve her gününde gezmek suretiyle dolaşıp durmak suretiyle her mevsimde aç ve susuz durmaya alıştırır, bizi ailesiz yaşamaya alıştırır bizi. İcabında yemeğimizi kendi yapmamıza alıştırır bizi. Gece rahatı terk edip sahura kalkmaya alıştırır bizi. Cephede yatıyor-kalkıyor gibi her gece yirmi rekat namaz kılmaya alıştırır bizi.


FOTOĞRAF: REUTERS

Oruç, ihtiyaç sahibini görmemizi sağlayan bir gözlüktür

İçtimai yapımızda insanın arasıra kendisini meşru şeylerden alıkoymasının insanın kendisi için çok büyük tesiri vardır. Nice kimseler vardır ki fakr-u zaruret ve ihtiyaç içinde yüzerler. Ve bunların yanı başında niceleri de vardır ki, onlar da nimetler içinde yüzerler. Ama bu nimet içinde yüzenlerin onlardan haberi yoktur. Bu haberi olmama durumu ise alt tabaka ile üst tabaka arasında ciddi müsademe meydana getirecektir. Bir topluluk içinde zengininde hiss-i semahat yoksa, fakirinde alt tabaka da da şayet, kanaat hissi yoksa, istiğnâ hissi yoksa, fazilet hissi yoksa, Allah'a tevekkül hissi yoksa, o içtimâi yapı içinde müsademe durmayacak, çarpışma durmayacaktır ve bu korkunç vuruşmanın önünü hiçbir silahla alamayacaksınız.

Binaenaleyh faziletli bir topluluk, "Medine-i Fazıla" ile anlatılan ve ütopya içerisinde kendisine yer verilen faziletli topluluk, -pratikte- zengini hiss-i semahatla meşbû' bulunan bir topluluktur. Fakiri de hiss-i tevekkül, kanaat ve istiğnâ hissiyle meşbû' bulunan bir topluluktur. Binaenaleyh Ramazan-ı Şerif bu mevzuda da bizim his ve heyecanlarımızı tahrik eder. Biz bizim gibi olmayanları görme imkanı buluruz. Fakirleri görme imkanını buluruz. Aleyhissalatü vesselamın sözünü hatırlarız. "Kendisi tokken komşusu aç ise o bizden değildir." tehdidini hatırlarız. Yani "O topluluk Hazreti Muhammed'in cemaati değildir." tehdidini hatırlarız.

Oruç tutmakla açlığın ne demek olduğunu, susuzluğun ne demek olduğunu, gündüz akşama kadar çalıştıktan sonra yiyecek, içecek bir şey bulamamanın, tenâvül edecek bir şey bulamamanın ne demek olduğunu o sürette hatırlarız.

BUNDAN BÜYÜK KERAMET Mİ OLUR?

Aziz Mahmud Hüdâyî Hazretleri, Sultan Ahmed'in mürşidi idi. Aralarında büyük bir dostluk, muhabbet ve yakınlık vardı. Hükümdardan büyük saygı görüyor, kendi de hükümdarı seviyor ve sayıyordu. Arayı pek fazla uzatmadan birbirlerini ziyaret ederlerdi. Biri din ve mâneviyatın ulusu, diğeri devletin ulusuydu. Bu iki yüce insan, uzun süre birbirini görmeden duramazdı. Hazret, Sultan Ahmed'in ziyaretine geldiğinde, Sultan onunla bizzat ilgilenir ve hizmetini kendisi yapardı. Bu büyük velinin, sultanı ziyaret ettiği bir gün namaz vakti yaklaşmıştı. Aziz Mahmud Hazretleri de abdest alıp namaza hazırlanmak istemişti. Derhal leğen ve ibrik istendi. Padişah bu fırsatı kaçırmadı ve suyu kendisi dökerek şeyhinin abdest almasına yardımcı oldu. Padişahın annesi valide sultan da, abdestten sonra şeyhin kurulanması için geride, elinde havlu, bekliyordu. Bu sırada valide sultan içinden şunu geçiriyordu: "Şu mübarek Allah dostu, ne olurdu bir keramet gösterseydi de gözümüz gönlümüz açılsaydı."

Valide sultanın içinden geçenlere Allah'ın izniyle vâkıf olan Aziz Mahmud Hüdâyî Hazretleri şöyle buyurdu: "Hiçbir sıfatı bulunmayan sıradan bir abd-i âcize, dünyanın en büyük devletinin hükümdarı ibrikle su döküyor, muhterem valideleri de abdest havlusunu tutuyor. Bundan daha büyük bir keramet olabilir mi?"

İLLÜSTRASYON: CEM KIZILTUĞ



HOŞ GELDİN EY 11 AYIN SULTANI RAMAZAN

Bu kutlu ayda bir türlü vazgeçemediğimiz kötü alışkanlıklarımızı terkedebiliriz.

■ **ALİ DEMİREL**

Üç ayların sonuncusu olan Ramazan, on bir ayın sultanı ve ayların en faziletlisidir. Zira bu ayda Kur'an nazil olmaya başlamış ve ay boyunca oruç tutmak farz kılınmıştır. Ramazan kelimesi "kızgın taş" manasına gelen "Ramid" kelimesinden türemiştir. Nasıl ki kızgın taş etrafındakini yakıp yok ederse Ramazan da kulların günahlarını yakıp mahvettiği için bu aya bu ismin verildiğini söyleyenler olmuştur. Bazıları ise Ramazan kelimesinin "yağan yağmur" manasına gelen "ramid" kelimesinden türetildiğini ve nasıl ki yağmurun yağması neticesinde yeryüzünün temizlenmesi gibi Ramazan ayında da günahların temizlenmesi sebebiyle bu aya bu ismin verildiğini söylemişlerdir.

İFTAR

Allah rızası için farz veya nafile oruç tutan bir Müslüman'ın, güneşin ufukta kaybolmasından sonra bir şey yiyerek veya içerek orucunu açmasına denilmektedir. Dinimiz iftar etmeye, iftar vermeye ve iftar vaktine büyük bir kıymet vermektedir. Nitekim, Efendimiz (SAS),"Bir kimse Ramazan ayında bir oruçluya iftar verirse, günahları af olur. Cenab-ı Hak onu cehennem ateşinden azat eder. O oruçlunun sevabı kadar ona sevap verilir." buyurmaktadır." Yine Resulullah şöyle der: "İftar zamanında, oruçlunun ağız kokusu, Allahu Teala'ya her kokudan daha güzel gelir." "Her iftar vaktinde Allah tarafından (cehennemden) azat edilen kimseler bulunur. Bu, (Ramazan'ın) her gecesinde olur."

SAHUR

Oruç tutmak üzere gecenin son altıda birinde yenen yemeğe denilir ki, bu vakit takvimlerimizde imsak vakti olarak belirtilmiştir.

FİTRE

Fıtr sözlükte "orucu açmak", fıtra da "yaratılış" anlamına gelir. Türkçemizde fitre şeklinde söylenen "fıtır sadakası", Ramazan Bayramı'na kavuşan ve temel ihtiyaçlarının dışında belli bir miktar mala sahip olan Müslümanların kendileri ve velayetleri altındaki kişiler için yerine getirmekle yükümlü oldukları mali bir ibadettir.

İtikaf, Ramazan'ın son on gününü camide veya başka bir ibadet mahallinde inzivaya çekilerek devamlı ibadetle meşgul olmak demektir.

KADİR GECESİ

Kur'an'ın indirilmeye başlandığı Ramazan ayı içinde Kur'an-ı Kerim'deki ifadesiyle bin aydan daha hayırlı olan "Kadir Gecesi" vardır. Bu gece Allah'ın müminlere bahşettiği çok yüce bir ikramıdır. Ramazan'ın her gecesinin dolu dolu geçirilmesi için bu gecenin zamanı gizlenmiştir. Ancak Kadir Gecesi'nin Ramazan'ın son on günü içinde olduğuna dair güçlü işaretler vardır. Nitekim Allah Rasulü de bu son on güne ayrı bir önem atfetmiş ve aile fertlerini de uyandırarak onların ibadetle meşgul olmalarını istemişlerdir. Allah Rasulü'nün şu hadisi ise bu gecenin ehemmiyetini şöyle dile getirmektedir: "Kim (faziletine) inanarak ve (Allah'ın rızasını) umarak Kadir Gecesi'nde (ibadet için) kalkarsa geçmiş günahları bağışlanır."



FOTOĞRAF: AP

Ramazan günahlardan temizlenme, kurtulma ayıdır. Bu fırsatı iyi değerlendirmeli, elimizdeki fırsatı kaçırmamalıyız.

Bu ayı nasıl ihya edebiliriz?

Kelime-i şehâdet, istiğfâr ve zikir, cenneti kazanabilmek için bolca amel-i sâlih, cehennemden kurtuluş için harâmlardan ve çirkin şeylerden sakınmak, imkânlar nispetinde çokça hayır ve hasenatta bulunmak, kırık ve mahzûn kalblerin duâsını almak, oruçlu bir kimseye iftar ettirmek Efendimiz (sas)'in Ramazan ayında yapılmasını tavsiye ettiği belli başlı işlerdir. Ramazan mü'minlere fazîlet ve olgunluk kazandırabilecek ilâhî bir rahmet mevsimidir. Oruçlu iken ağza bir şey girmemeye dikkat edildiği gibi ağızdan çıkan kelâma da dikkat edilmelidir. Dedikodu ve incitmeden son derece sakınmalı ve orucun fazîletini azaltmamalıdır. Bu ayı sanki son Ramazan'ımız imiş gibi bilmeli, her türlü feyzinden istifade de a'zami gayret göstermeliyiz.

FOTOĞRAF: MUSTAFA KİRAZLI



Teravih, "rahatlamak, dinlendirmek" gibi anlamlara gelir. Ramazan ayına mahsus olmak üzere yatsı namazından sonra kılınan sünnet namazın her dört rekatinin sonundaki oturuş, tervîha olarak adlandırılmış, sonradan bu kelimenin çoğulu olan 'teravih' kelimesi Ramazan gecelerinde kılınan nafile namazın adı olmuştur.

Karışıklığa gerek yok

Efendimiz (sas), ümmetine farz olmasından çekindiği için teravihin sekiz rekatini mü'minlerle birlikte kılıyordu. Allah Resulü'nün vefatından sonra Müslümanlar, teravih namazını Hz. Ebu Bekir döneminde ve Hz. Ömer'in hilafetinin ilk yıllarında tek başlarına, yani cemaat yapmadan kılıyorlardı. Hz. Ömer, bir Ramazan gecesi mescidde herkesin dağınık bir vaziyette teravih namazı kıldığını görmüş ve bunun yerine bir imam önderliğinde bu namazın cemaat halinde kılınmasının daha doğru olacağına içtihat etmiştir. Bu amaçla da Übey b. Ka'b'ı teravih imamı olarak tayin etmiş ve teravih namazı yirmi rekat olarak kılınmıştır. Hz. Ömer'in (ra) uygulamasıyla teravih namazının rekat sayısı yirmi olarak yerleşmiş, daha sonra da bu uygulama yüzlerce yıl sürerek günümüze kadar gelmiştir. Ramazanlarda teravih namazı kılmak, İslâm'ın sembollerinden olmuştur. Teravihle ilgili mü'minleri camiden ve cemaatten soğutmaya yönelik "Ramazanlık" bazı açıklamaların ciddiye alınacak yönü yoktur.

FOTOĞRAF: TURGUT ENGİN



Teravih namazlarını kaçırmamaya özen gösterin. Bu namazlara çocuklarınızı götürün ve onlara her gece farklı hediyeler sunun, sevginizi daha fazla gösterin.

Teravih yirmi rekattir

Teravih namazının yirmi rekat olduğu İslam âlimlerinin büyük çoğunluğu tarafından kabul edilmektedir. Bu görüş konusunda Ebu Hanife, İmam Şafii ve Ahmed bin Hanbel (ra) ittifak halindedirler. Allah Resulü (sas) "Kim Ramazan namazını (teravih) inanarak ve sevabını Allah'tan bekleyerek kılarsa onun geçmiş günahları bağışlanır." (Buhari, Salatü't-Teravih, 1; Müslim, Salatü'l-Müsafirin, 174) buyurarak bu namazı teşvik etmiş ve kendisi de başlangıçta ashabına cemaatle kıldırmış, sonraları ise teravih namazı farz kılınabilir ve Müslümanların çoğunluğu da bunu hakkıyla yerine getiremeyebilir endişesinden dolayı tek başına kılmaya devam etmiştir. (Buhari, Salatü't-Teravih, 2; Müslim, Salatü'l-Müsafirin, 178) Efendimiz (sas)'in bundan başka teravih namazını kıldığı ve kıldırdığıyla alakalı değişik rivayetler vardır. Bu rivayetlerde bu namazı kaç rekat kıldığı veya kıldırdığıyla alâkalı herhangi net bir bilgi yoktur. Ramazan ayı Kur'an, ibadet, tövbe ve istiğfar ayıdır. Bu aya erişme nimetine nail olmuş mü'minler bunun kadrini, kıymetini iyi bilmeliler. Bir kudsî hadiste buyuruluyor ki: "Kulum bana nafile ibadetle yaklaşır; ben onun gören gözü, tutan eli, yürüyen ayağı olurum."

Onun için sünnet olan teravih namazıyla ilgili çıkarılacak fitnelere itibar etmemek gerekmektedir.

Mükâfatını Allah verecek

Orucun sevabı Cenâb-ı Hakk katında saklıdır. Allah Resulü şöyle buyurur: "Âdemoğlunun her amel ve hareketi kendisine âittir. Oruç ise böyle değil! Çünkü o, benim içindir. (Çünkü ben yemem, içmem ve bütün beşerî sıfatlardan münezzehim.) Dolayısıyla ben, onun mükâfâtını (husûsî bir şekilde) bol bol vereceğim. Oruçlunun sevineceği iki ferâhlık vardır:
1. İftâr ettiği zaman (Cenâb-ı Hakk'ın nimetlerine kavuştuğu için) sevinir.
2. Rabb'ine kavuştuğunda da orucu bereketiyle nâil olduğu yüksek derece için sevinir." (Buhârî)

AVRUPA'DA RAMAZAN

Gurbette Ramazan'ı berekete, aşka ve neşeye çeviren müslümanlar, ilginç buluşma yerleriyle de dikkat çekiyor. Eiffel kulesi, Lozan, Oxford, Stockholm ilginç buluşma noktaları...

■ **ABDULLAH ABDÜLKADİROĞLU**

Gurbette Ramazan heyecanı

Avrupa'daki ilk Ramazan Çadırı'nı bir Hollandalı kurmuş

Ramazan ayının birleştirici ve toplumu saran bir havaya sahip olduğu belki de en güzel yurtdışında, özellikle gayrimüslimlerin çoğunlukta olduğu ülkelerde anlaşılıyor. İftar ve sahur vakitlerinde yaşanan tatlı heyecan bütün günü farklı bir atmosfere bürüyor. Uzaklarda memleket özleminin doruk noktaya çıktığı zaman dilimleri kesinlikle Ramazan ayında saklı. Türkiye'de hiç Ramazan geçirmemiş insanların bile bunu hissettiğini gözlerinden anlıyorsunuz. Bu ay; sıladaki hatıralar ve dilden dile anlatılanlarla adeta bir cazibe ayı haline geliyor. İşte Avrupa'da Ramazan'ı yaşamak böyle bir şey. Avrupalıları bile hareketlendiren bu mübarek ay Müslümanları çevrelerindeki konu komşularından dolayı tanıyan yabancıların da gönüllerinde müthiş bir iklim oluşturuyor. Bir sevgi ve muhabbet iklimi bu... Arkadaşlarım bir Fransız akademisyen ailenin ya da bir Avusturyalı şirket müdürünün evine sahura davetli olduğumuzu söylediklerinde önce şaka yaptıklarını düşündüm. Bir yabancı, üstelik Müslüman da değilken niçin bizi gecenin bir yarısı evine yemeğe çağırsın. Bu gerçekten normal bir zamanda Avrupa kültürü açısından izahı zor bir durum. Çünkü Avrupalı gidip mutfaktan çayını kahvesini alıp "İstersen mutfaktan alabilirsin." demeyi normal karşılayan bir tarza sahip. Bu insanlar size sahur hazırlıyor, bir de "Çok yiyin akşama kadar hiçbir şey yemeyeceksiniz." diyor. Onlar aslında bunu yaparken Müslümanların Allah'a nasıl bir bağlılık içinde olduğunu hayretle müşahede ediyor.



AVRUPA'DA RAMAZAN

Uzaklarda olunca insanlar bu mübarek günlerin kıymetini daha iyi anlıyor.

Avrupa insanı belki de hayatında bir kere bile tatmadığı; dostlarla birlikte, kimsenin birbirinden en ufak bir menfaat beklemeden gönlünü, sevgisini elindeki avucundakini ortaya koyduğu bir sofranın başına oturuyor. Avrupa'daki Müslümanların Ramazan coşkusu iddia ederim bizden çok Avrupalıları cezbediyor.

Üstelik Ramazan aylarının vazgeçilmez geleneği Ramazan çadırları artık Avrupa'nın bütün şehirlerinde hem de farklı noktalarında üçer beşer kuruluyor. Bu çadırların kurulmasında vatandaşlarımızla birlikte çalışan Alman, Fransız, İsviçreli, Hollandalı bütün milletlerden gördüğüm insanlar beni şaşırttı. Sordum niçin çalıştıklarını... "Akşam iftar yapacağız onun için." dediler... Müslüman değiller oruç da tutmuyorlar; ama onları buna çeken bir şey var içlerinde. Hele Avrupa'daki ilk iftar çadırının kurulma hikayesini duysanız. Gerçekten çok ilginç. Hollandalı bir öğretmen bundan 3 sene önce turist olarak Türkiye'ye geliyor. Ramazan ayına denk gelen bir tatil bu. Akşam olduğunda insanların büyük meydanlarda kurulmuş çadırlara girip çıktığını orada yemek yediğini görünce bunun yılın 365 günü yapılan normal bir şey olduğunu düşünüyor ve cebinden para çıkarıp yemek yemek için çadıra yanaşıyor. Güler yüzlü bir şekilde karşılanıyor, yemek ikram ediliyor, üstelik para da alınmıyor. Bunu aklı almıyor. Düşünüyor taşınıyor böyle bir şeyin nasıl olabileceğini... Olamaz diyor. Soruyor ve öğreniyor ki Ramazan ayına has bir gelenek Ramazan çadırları... Hollanda'ya dönüyor ve orada tanıdığı birkaç Türk'e yaşadıklarını anlatıyor. Fakat diyor; "Ben sizde burada hiç böyle bir şey görmedim, siz niye Ramazan'da çadır kurmadınız hiç?"... İşte bir Hollandalının fikriyle ve önayak olmasıyla Avrupa'da ilk Ramazan çadırı Hollanda'nın şirin ve tarihi şehri Haarlem'de iki yıl önce kuruluyor. İlk çadırın kurulmasına vesile olan bu bayan kısa süre sonra adeta kendisini büyüleyen Ramazan ayının etkisiyle İslam'a yaklaşıyor araştırıyor, inceliyor ve Müslüman oluyor... Geçen Ramazan'da Avrupa'nın bütün şehirlerinde her milletten, her dinden on binlerce insan iftar yaptı, yemek yedi, Ramazan'ın manevi havasını teneffüs etti. Danimarka'nın başkenti Kopenhag'daki çadırda karşılaştığımız iki Yunan bayan, bu manzaranın dünyadaki savaşlara örnek olması gerektiğini söylüyordu. Almanya'nın Siegen şehrinde bir Alman öğretim üyesiyle iftar çadırının önünde yaklaşık bir saat ayaküstü sohbetimizde adamcağız hayretini defalarca dile getirdi. Ve en sonunda "Ben de gelebilir miyim yani?" diye sordu... Elbette dedik, herkes gelebilir.

Hanımlar gurbette ramazanların renklenmesi için çok çaba harcıyor

Ve tabii ki Avrupa'daki Ramazanların bu kadar coşkulu geçmesinde emeği hiçbir zaman yabana atılmayacak olan bayanlar... Onlar gün boyu canla başla müthiş organizasyonlar yapıyor. Yemekler hazırlıyor, konu komşuyu topluyor, gün içinde mukabeleler düzenliyor, sohbetler gerçekleştiriyor. Yıl boyunca planlarını yaptıkları kermesler düzenleyip elde ettikleri gelirlerle ihtiyacı olan öğrencileri okutuyorlar.

İki unutulmaz iftar vardı ki biri Avusturya Viyana Üniversitesi'nde diğeri Hollanda Erasmus Üniversitesi'nde gerçekleştirildi. Bu dünyaca ünlü iki üniversitede yüzlerce Türk ve yabancı öğrenci, öğretim üyeleriyle birlikte iftar yaptılar. Aralarında Müslüman olmayanların sayısı hiç de az değildi. Bu iftarlara bazı yabancı öğrenciler orucun nasıl bir şey olduğunu merak ettiklerinden gün boyu aç durarak yani kendilerince oruç tutarak gelmişlerdi. Ve iftar vakti ezan okunduğunda tarifsiz bir hazla ilk lokmayı ağızlarına götürüyorlardı.

Belçika'nın Anvers şehrinde daha önce rahibe okulu olan ve şimdi Hz. Meryem yurduna dönüştürülen tarihi muhteşem bir binadaki Ramazan coşkusunu görmelisiniz. Bayanların birer arı gibi çalıştıkları, çevrelerinde bu coşkuya ortak olmamış insan bırakmamak için gayret sarf ettikleri Hz. Meryem yurdunda, tarihe altın harflerle yazılacak işler yapılıyor. Burada yeni Müslüman olmuş Avrupalı bayanlar, Türk hanımlarla birlikte yepyeni bir dünyaya kanat açıyor.

Özellikle yeni Müslüman olmuş şanslı insanların hikayelerini dinlerken kendinizi çok farklı duygular içinde buluveriyorsunuz. Ve kendi hayatınız gözünüzün önünden geçiyor. Onların sanki yıllardır arayıp da yeni buldukları en kıymetli varlıklarına nasıl aşkla sarıldıklarını görüyorsunuz. Sanki öteleri görmüş de yeniden hayata dönmüş gibiler hepsi. Fransa'da Eiffel Kulesi'nin önünde sahurda toplanan insanlar, İsviçre Lozan'da, Lozan Antlaşması'nın yapıldığı salonda yenilen iftar yemeği, Berlin'de meşhur Adlon Otel'deki; Alman siyasetinin önemli isimlerinin katıldığı muhteşem iftar organizasyonu, Londra'nın kalbinin attığı Oxford'un ana caddesindeki Türk ve İngilizleri bir araya getiren iftar, İsveç'in başkenti Stockholm ve Norveç'in başkenti Oslo'daki farklı din

Avrupa'da Ramazan aylarında doruğa çıkan birlik beraberlik atmosferi, sadece vatandaşlarımızı değil bütün Avrupa'yı sarıyor kucaklıyor, yıllarca kurulan hayalleri gerçeğe dönüştürüyor.



temsilcilerinin de katıldıkları dostluk ve hoşgörü iftarları Avrupa'daki Ramazan coşkusu ve bereketinin güzel örnekleriydi. Özellikle Danimarka'dan yukarı doğru yol almaya başlayıp İsveç'in ardından rotamızı yönelttiğimiz Norveç sınırında polis bizi görünce şaşıp kaldı. Bir televizyon ekibinin canlı yayın aracıyla neredeyse Kuzey Kutbu'na dayanması onu hayrete düşürmüştü. Burada yaşayan Müslümanların ve Türklerin Ramazan coşkusunu dünyaya göstereceğiz dedik. Çok etkilenmişti, pasaportlara bile bakmadı...

Coşku tüm Avrupayı kapsıyor

Avrupa'nın neredeyse tamamında hep aynı manzara... Coşku; inanın Türkiye'yi kıskandıracak boyutta. Herkeste farklı bir heyecan... İnsan çok sevdiği birine kavuşunca ne yapacağını şaşırır ya, onu en güzel şekilde ağırlayıp rahat ettirmek ister. Aynen öyle... Avrupa'daki vatandaşlarımız Ramazan ayı geldiğinde bu mübarek ayı en güzel ve hakkıyla nasıl ağırlarız, misafir ederiz diye çırpınıyor adeta.

Sadece iftarlar ve sahurlar mı? Değil tabii... Ramazan ayı her şeyiyle coşkulu Avrupa'da... Teravih namazlarını unutmamak lazım. Avrupa'daki camiler aynı Türkiye'deki gibi teravihlerde dolup taşıyor. Sadece Türkler değil, diğer milletlerden Müslümanların da hep birlikte kıldıkları teravihlerin havası apayrı bir yere sahip. Neredeyse Avrupa'nın bütün şehirlerindeki camilerde muazzam bir coşku yaşanıyor. Londra'da yüzyıllarca kilise olarak kullanılmış ve daha sonra camiye çevrilmiş tarihi yapıdaki Avrupa'nın ünlü hafızlarından Lokman Hoca'nın teravih öncesi Kur'an-ı Kerim ziyafeti herkesi alıp başka diyarlara götürdü.

Ramazan; hayatın her alanında kendini hissettiriyor Avrupa'da. Hatta Düsseldorf'ta bir arkadaş yarı şaka yarı ciddi "Burada iftar vaktine yakın Türkiye'deki gibi trafik bile sıkışıyor." demişti.



FOTOĞRAF: TURGUT ENGİN



Abdullah Abdülkadiroğlu
STV Haber Spikeri ve sunucu

İlginç iftar notları

Abdullah Abdülkadiroğlu, geçen yıl Avrupa'daki Ramazan coşkusunu canlı yayınlarla dünyaya duyurdu. İşte kamera arkası anekdotlar:

- Strasbourg kentindeki diyalog eğitim merkezinde adeta uluslararası bir iftar yaptık. Aynı sofra etrafında toplanan her milletten ve farklı dinlerden öğrenciler hayretler içindeydi. Hayatlarında ilk defa bu kadar renkli bir ortamda yemek yiyorlardı. Ve saatler gece yarısına yaklaşırken kimse bu ortamı terk edip evine gitmek istemiyordu.
- Hamburg'da gece yarısı Türk taksi şoförlerinin sahuru unutulmazdı. Ayaküstü kurdukları sahur sofrasına bizi de çağırdılar. Dortmund ve Düsseldorf sebze meyve hallerinde yine Türk esnaf sahurlarda hep birlikte sofranın başına toplanıyorlar ve tadı damaklarda kalan sohbetler ortaya çıkıyor.
- Ve Köln: Anadolu Köln'e taşınmıştı. Bizi bekleyen sürpriz sahurda Anadolu'nun bütün şehirlerinden gelen vatandaşlarımız hazırladıkları memleket sofralarıyla bizi karşılıyordu. İnsan adeta zaman ve mekan sınırlarını ortadan kaldırıp Anadolu'nun farklı illerinde olduğu hissine kapılıveriyor. Daha aynı gün Ordu'dan gelen hamsi tava bile sofradaydı.



Filipinli yeni Müslüman Reyyan (Lorna) Kılıç:

Ramazan'ı Türkiye'de yaşamak daha kolay ve güzel

Hidayet güneşi kalbine doğan Filipinli Reyyan hanım Türkiye'ye 1,5 yıl önce gelmiş.

■ **ŞEMSİNUR ÖZDEMİR**

Çoğunluğu Müslüman olan bir ülkede, minarelerinden beş vakit ezan sesi yükselen, cuma namazında camileri dolup taşan, Ramazan ayı gelince oruç tutmasa da sokakta yemek yemeye haya eden insanların yaşadığı bir ülkedeyiz. Ancak, Yahya Kemal'in "Ol mâhîler ki derya içredirler; deryayı bilmezler" dediği gibi, bizler de yaşadığımız ortamın güzelliğinin çok farkında değiliz. İslam'ı tam anlamıyla yaşamada sorunlar olmasına rağmen şükretmemiz gereken çok şey olduğunu yurtdışında yaşayan Müslümanların dilinden duyunca daha iyi anlıyoruz.

4 yıl önce eşiyle birlikte yaşadığı Avustralya'da Müslüman olan Filipinli Reyyan (eski adı Lorna) Kılıç ile konuşurken de çoğu zaman şükür ifadeleri döküldü dilimizden. 1,5 yıl önce geldiği Türkiye'de Ramazan ayını yaşamanın kendisi için daha kolay olduğunu ifade eden Reyyan Hanım, "Avustralya'da Hıristiyanlar çoğunlukta. Onların içinde yaşarken Ramazan'ın gelip geçtiğinin pek farkında olmuyorduk. Kendi kendimize iftarımızı, sahurumuzu yapıyor, orucumuzu tutuyorduk. Ama Türkiye'de insanların çoğu oruç tuttuğu için en azından insanlara saygı oluyor. Ramazan'ın manevi güzelliğini daha çok hissediyorum. Bu anlamda Türkiye'de yaşamak daha rahat." diyor.

FOTOĞRAFLAR: İSA ŞİMŞEK



Reyyan Hanım ve Hâki Bey'in 9 yaşında Ömer adında bir oğulları var.

Aile çevresinin iftarlarda bir araya gelmesi, bayramlarda görüşülmesi çok hoşuna gidiyor: "İnsana mutluluk veriyor. Yurtdışında böyle değil. Her şeye rağmen burası daha iyi." diyor. Reyyan Hanım'ın Müslüman olmasına eşi Hâki Kılıç vesile olmuş. 1994'te çalışmak için Avustralya'ya giden Hâki Bey, eczacılık için master programına gelen Lorna ile tanışır. Bir süre sonra evlenmeye karar vererek nişanlanırlar. Ancak, Lorna 1,5 sene süren 'master'dan sonra ülkesine döner. Orada 2 yıl çalıştıktan sonra tekrar Avustralya'ya gelir ve evlenirler. 2000 yılında oğulları Ömer Faruk dünyaya gelir. İlk başlarda Lorna'nın İslam'a ilgisi yoktur; ancak eşiyle birlikte Müslüman grupların yaptığı çeşitli faaliyetlere ve hizmetlere katılır. Bu arada, sonradan Müslüman olan birçok bayanla tanışır ve yavaş yavaş zihninde oluşan soruları onlara yöneltmeye başlar. Aldığı cevaplar üzerine ilgisi artar ve bulabildiği kaynak kitaplardan İslam'ı araştırır. Önceden Katolik olan kişilerin Müslüman olduktan sonraki fikirlerini öğrenir. İki dinin karşılaştırmasını yapar ve neden Müslüman olduklarını soruşturur. İslam'ın mesajını tartışırlar. Bu arada Müslüman olması için ısrar eden eşinden de kendisine zaman vermesini ister. 18 Temmuz 2001 sabahı eşine Müslüman olmaya karar verdiğini söyler.

İçeride gizlice ağladım

O andaki duygularını ifade edemeyen Hâki Bey "Evlenirken o kadar mutlu olmamıştım inanın. Gittim içeride gizlice ağladım. Zaten hep dua ediyordum Müslüman olması için. Gençliğimden beri gemilerde, ülkemden uzakta çalıştım. Türkiye'de ailemden başka pek kimseyi tanımam. 'Bir yabancıyla tanışsam evlensem ve Müslüman olmasına vesile olsam' derdim. Allah nasip etti çok şükür." diyor. Kendi halkının Müslümanlara çok iyi gözle bakmadıklarını belirten Reyyan Hanım, ilk başta Müslümanlığı kabul etmeyişinin en önemli sebebinin bu olduğunu söylüyor. Kendi aile çevresinde ve iş ortamında bile 'Müslümanlardan her şey beklenir' düşüncesinin hakim olduğunu ifade eden Reyyan Hanım, bu düşüncelerin kendisini korkuttuğunu belirtiyor. İslam'ı kabul etme sürecini şöyle anlatıyor Reyyan Hanım: "Daha önce kiliseye gitsem de papazların vaaz ederken ne söylediklerinin farkında olmadıklarını düşünürdüm. Çünkü onlara soru bile soramazdık." diyor.

Din değiştirmek kolay değil

Reyyan hanım, din değiştirmenin kolay bir şey olmadığını belirtiyor: "Yıllarca bir din ve onun kültürüyle birlikte yaşadım. Aile büyüklerim ve kilise Hz. İsa peygamberi Allah olarak tanıttı. İslam'ı araştırırken ikisi arasındaki farkı gördüm. Hz. İsa'nın Allah olmadığını, onun da bir insan ve peygamber olduğunu anladım. İlk fark ettiğim şey buydu; ama kabul etmem zaman aldı. Neyin doğru neyin yanlış olduğunu sonradan Müslüman olmuş insanlarla konuşurken ve okuduğum kitaplardan da anladım ve geçmişimle hesaplaştım. Annem daha önce kilise çatısı altında insanları bir araya getirmek için çalışmalar yapan bir grupta idi. Yıllarca annemle beraber Hıristiyanların toplantılarına katıldım. Hafta sonlarım hep onlarla geçti. Müslüman olduktan sonra her şey değişti. Var olmakla yok olmak gibi bir şey. Allah'ın her şeyin sahibi olan tek güç olduğuna inandım. Teslis inancını reddettikten sonra kendimi daha özgür hissettim. Çünkü eskiden birçok şeye bağlı hissediyordum kendimi. Ama İslam'da bir tek Allah'a inanıyorsun ve peygambere saygı duyuyorsun. İnsan olarak bağın Allah ile kendi aranda. Başka kimseye gerek yok."

Reyyan Hanım, Müslüman olduktan birkaç ay sonra 11 Eylül olayları meydana gelir. İslamiyet'i tam bilmediği için 'benim dinim bu mu?' diye sorgulamaya başlar. Bu arada, İslam'ın çirkin ve yanlış anlatıldığı yayınların ve filmlerin aslında hangi amaçlarla yapıldığını, tarihteki çarpıtılan hadiselerin nasıl geliştiğini izah etme görevi de eşine düşer. O dönemde İslam'ı doğru anlatan İngilizce yayın bulamamaktan şikayet eden Hâki Bey, bu anlamda sonradan Müslüman olan arkadaşlarından çok büyük destek gördüklerini vurguluyor.





Allah için aç duruyoruz

Allah için olunca aç durmak da kolay geliyor. Müslüman olmadan önce de eşiyle oruç tutan Reyyan Hanım, İslam ile şereflendikten sonra yine kitaplardan okuduğu kadarıyla Allah'ın kullarından isteklerini ve İslam'ın gereklerini öğrenir. Başını örter ve namaz kılmaya başlar. Farz olan Ramazan orucunun tamamını da o sene tutar. Oruçta başlarda çok zorlandığını ifade eden Reyyan Hanım şöyle konuşuyor:

"Gün boyunca aç kalmak çok kolay değil; ama bunu Allah için yaptığımın bilincindeyim. Allah'ın verdiği nimetlere şükrediyorum. Ramazan'da istediğin yemeği istediğin anda yiyemiyorsun. Beklemen gerekiyor. Müslüman olduktan sonra ilk zamanlar haramı helali ayırmak zor geldi. Orada özellikle yediğine, içtiğine dikkat etmelisin. İlk zamanlar çok zorlandım. Ramazan'da yaşadığım açlık sayesinde fakir, aç ve susuz insanların nasıl yaşadıklarının, neler hissettiklerinin bilincine varabiliyorum. Onları anlamaya çalışıyorum. İlk iki hafta baş ağrısı çekiyorum; ama bu ibadetin İslam'ın gereği olduğunu biliyorum. Hasta olup da ilaç bulamayanları, susuz kalıp da su bulamayanları düşünüp sabrediyorum. Akşamı bekliyorum. İlk 15 günden sonra artık alışıyorsun ve geriye saymaya başlıyorsun. Her şey kolaylaşıyor. Bayramdan sonra da sanki hiç tutmamışsın gibi geliyor. Geçen Ramazan'da devamlı Müslümanların huzur ve refah içinde yaşaması, baskılardan kurtulması için dua ettim."

Türkiye'ye yerleştikten sonra eşinin anlattığı sıcak aile ve komşuluk ilişkilerini bulamamaktan şikayet eden Reyyan Hanım, kitaplarda çok güzel anlatılan İslam'ın yaşandığını görememekten de büyük üzüntü duyuyor. Yurtdışında yaşayan Müslümanların birbirine daha yakın olduğunu, daha sıkı kenetlendiklerini ifade eden Reyyan Hanım'ın şu sözleri çok manidar:

Müslüman çok ama!

"Sonradan Müslüman olanlar birbirlerini daha çok destekliyor. Burada Müslüman olduğunu söyleyen çok; ama namaz kılmayan, İslam'a göre yaşamayan insanlar çoğunlukta. Acaba bunlar cennetten yer mi satın aldılar? Acaba ellerindeki servetin farkında değiller mi? Bir aileye ziyarete gittiğim zaman ben namaz kılıyorum. Çoğu kadının başı açık. Bana farklı gözle bakıyorlar. Avustralya'da bir şey olduğu zaman insanlar Allah'ın adını anarak konuşurlar. Kötü bir durumda 'Allahuekber', iyi bir durumda 'Elhamdülillah' derler. Ama Türkiye'de sanki insanlar bu kelimeleri ağzına almaya utanıyor."

Oruç, bedenimizi dinlendirmenin ötesinde bizim helal merkezli bir hayat yaşamamız için önümüze kapı açar. Nefsî arzularımızı zaptederek irademizi güçlendirir.

■ OSMAN KARYAĞDI

Oruç bize ne öğretir?

Nefsi frenler

Nefsin gemlenmesi, frenlenmesi bakımından açlığın büyük faydaları vardır. Aç ve susuz kalma ve riyâzet yapma ancak ibadet niyetiyle yapılırsa bir değer ifade eder. Bu niyet Müslümanlıkta oruç şeklinde tecelli eder. Allah dostları sürekli riyâzât yaparak nefislerini dizginlemişler, rûhî formlarını korumaya çalışmışlardır.

Rûhu geliştirir

İnsanlarda rûh cesedin, ceset de rûhun aleyhine olarak gelişir. Rûhanî yönleri itibarıyla gelişim isteyenler, mutlaka oruç tutmalıdır. Bunu şöyle de ifade edebiliriz: Oruç tutmayanlar, cesetlerinin altında kalacaklarından hiçbir zaman tam olarak rûhanî olgunluğa ulaşamazlar.

Vesveseye set çeker

Oruçla insan, nefsin kendisine fısıldamaya çalıştığı şeytanî vesveselerin önüne bir set çeker. Derken dizginleri eline alır ve nefsini yönlendirmeye çalışır. Zira o artık, yemeye, kadına ve dünyaya karşı kapalı bir durumdadır. Bu sayede o, dünya adına gelecek baskılardan azâde olarak, izzetli bir hayat yaşamaya namzet demektir ki, böyle birisi, Cenab-ı Hakk'ın hakiki müminleri şereflendirdiği izzet duygusunu yakalamış olur. "İzzet (üstünlük), ancak Allah'a, elçisine ve müminlere mahsustur."



FOTOĞRAF: MUSTAFA KİRAZLI

Orucun vefa yönü

Oruç, vefa duygusunun tezahür ettiği en güzel ibadettir. Zira oruç, Allah ile kul arasında yapılmış bir ahittir. Kul, belirli zaman dilimlerinde, belirli şeylerden vazgeçer ve bu hareketleriyle, ahdinde vefalı olduğunu gösterir. Aynı zamanda insan, tuttuğu oruçlarla vefa duygusunu öyle geliştirir ki, vefa onun ayrılmaz bir parçası hâline gelir.


FOTOĞRAF: AFP

Emaneti öğretir

Oruç, gizli ve aşikâr her zaman emanete riayet edilmesini öğretir. Zira Allah'ın helal kıldığı nimetleri yiyip-içmekten kaçınmayı sağlayacak Allah'tan başka bir gözetici yoktur. Oruçlu, sabahtan akşama kadar Allah'ın hududuna riayet eder. Onca orucu bozma imkânlarına ve hiç kimsenin görmemesine rağmen mümin, fevkalâde bir ciddiyetle orucunu sürdürür. Sürdürür ve akşama kadar emaneti muhafaza hissiyle dolar boşalır. Oruca karşı gösterilen bu tavır, Müslüman'ın bütün hayatına akseder. Dolayısıyla oruç tutan insan, bütün hayatı boyunca kendisine emanet olarak verilen şeylere karşı da son derece dikkatli davranır.



Oruçlunun ağız kokusu

Oruç tutanın ağız kokusu açlıktan kaynaklanır. Kıyamet günü Cenab-ı Hak katında, bu kokunun miskten, anberden daha şirin ve daha enfes bir semereye vesile olacağına işâret buyrulmuştur. Melâike-i kiram, arş u ferşi çınlattıracak bir velvele içinde Allah'a karşı kulluk vazifesini yapmaktan hoşlandıkları gibi, hoşlandıkları birtakım kokular vardır. Onlar, gül kokusundan çiçek kokusuna, miskten anbere kadar bütün güzel kokulardan lezzet alırlar. Mele-i a'lâda güzel kokular sırlı hazineleri açan anahtar hükmündedir ve işte oruçlunun ağız kokusu da perde arkası dalga boyuyla bu güzel kokular cümlesindendir.

Günaha karşı bir kalkandır

Oruç bir alıştırmadır. Kişide, bedenî arzulara karşı koyma kabiliyetini geliştirir. İnsan oruçlu olduğu anlarda her türlü negatif isteklere engel olmaya güç yetirdiği gibi, kazandığı bu dirençle, oruçlu olmadığı zamanlarda da, bu tür meyillere engel olma kabiliyeti kazanır. Böylece insan "helal" endeksli bir hayat yaşar. "Kim bana iki çenesi ile apış arasını koruma hususunda garanti verirse, ben de ona, cenneti garanti ederim." hadisi bu açıdan yorumlanabilir.

Kanaati öğretir

Oruç, insanlara iktisadı öğreten önemli bir disiplindir. İstediği şeyi ve aklına geldiği zaman, hiçbir sınırlama getirmeden yapmaya alışık bir insan, oruçlu olduğu zaman mecburen onu yapmayacaktır. Meselâ, her aklına estiği zaman yemek yiyen, maddî olarak vücûdunun arzularına boyun eğen insan, oruçlu olduğunda mecburen akşamın olmasını bekleyecek, bu bekleyiş sayesinde o, iktisat etmeyi öğrenecek ve sorumsuzca yaşamaktan uzaklaşmış olacaktır.

Oruç beden-ruh ilişkisi

İnsan, ruhla cesetten yaratılmış bir varlıktır. Ruhun olmadığı ceset bir mana ifade etmediği gibi, cesedin olmadığı ruh da -imtihan dünyası adına- çok fazla bir şey ifade etmez. İnsan, yiyip içtiği nesnelerle, bedenî hâl ve hareketleriyle ve yerine getirmeye çalıştığı ibadet ve taatla hem cesedine ve hem de ruhuna hizmet eder. Ağzına aldığı bir lokma görünürde midesine gitse de onun da ruh üzerinde bir kısım tesirlerinin olduğu muhakkaktır. Yaptığı bedenî hareketler, vücutta maddî olarak bazı tesirler oluşturduğu gibi, bunların ruhta da değişik tesirleri söz konusudur. İnsanın ferdi hayatının geliştirilmesi ve olgunlaştırılmasında riyâzetin pek mühim bir yeri vardır. Bu da ancak oruçla olur. Orucun bir manası da, ruhun riyâzeti ve cesedin perhizi demektir. Sık sık oruca müracaat edildiği ölçüde, onun vicdanda hasıl edeceği güzellik ve faziletler açık bir şekilde müşahede edilebilir. Her zaman, her yerde midesini düşünen bir insanda temiz bir ruh ve saf bir kalbin bulunmasına ihtimal verilemez.

Allah'a kavuşmayı hatırlatır

Oruçlunun her saati, her saniyesi Allah'ı, Allah'ın nimetlerini ve en büyük nimet olan Allah'a kavuşma nimetini hatırlatması itibarıyla çok kıymetlidir. Sabahtan akşama kadar aç ve susuz olan insan, zâhiren sıkıntı çekse de, oruç ibadetinin getireceği uhrevî netice, ona bütün elemleri unutturabilir. Oruçlu, bütün gün şehvetini, yemesini, içmesini âdetâ unutur ve sürekli Rabb'iyle buluşmayı düşünür. Bu düşünce sayesinde hayatî bütün faaliyetleri, istikamet dâiresinde cereyan eder.



FOTOĞRAF: REUTERS

Zekat mala bereket getirir

Zekatı verilen mal zâhiren eksiliyor gibi görülse de, Allah'ın bereketine mazhariyetle devamlı artmaktadır. Zira Allah, malının zekatını veren insana malını artırma yollarını ilham etmektedir ki, bu hükmü aydınlatan pek çok somut örnek bulmak mümkündür. Kalpler Allah'ın elindedir. O, istediği ve hikmeti iktiza ettiği zaman, kalpleri, emrini yerine getirip zekatını veren kimselere doğru yöneltir ve o insanın ticaretinde ciddi canlanmalar görülür. Bu Allah'ın, zekatı verilen mala bahşettiği beréketten başka bir şey değildir.

Oruç sabrın yarısıdır

Allah'ın yüklediği ibadet mükellefiyetini sırtında taşımaya sabretme, O'ndan gelen şeyler karşısında sarsılmama, O'nun kapısından ayrılmama, günah fırtınaları ve günah tufanı karşısında kendini koruyup dişini sıkma vs. bunlar dinin yarısını teşkil etmektedir. Oruçta bir yönüyle şehevât-ı nefsâniyeyi gemleme olduğu için, günahlara karşı sabır; diğer bir yönüyle aç-susuz durma gibi (hususiyle sıcak günlerde) bir işin altına girmekle ibadete karşı sabır vardır. Böylece oruç, dinin dörtte birini teşkil etmiş oluyor.

Oruç şefaat edecektir

Oruç kıyamet günü oruçlu için şefaat edecek ve Cenab-ı Hakk'a niyazda bulunarak; "Ya Rabbi! Ben onu gündüzleri yiyip içmekten ve zevklerinden alıkoydum. Bunun için onun hakkındaki şefaatimi kabul buyur." diyecektir.



FOTOĞRAF: KÜRŞAT BAYHAN

Oruç vücudumuzun dinlenmesine vesile olur

Faaliyet içinde olan her makine bir müddet sonra bakıma ve dinlenmeye tâbi tutulmazsa, verimli çalışamaz. Aksine dinlendirilmediği takdirde ya makine tamamen harap olur ya da ömrü kısalır. Bir talebe, belirli bir süre tedrisat gördükten sonra dinlendirilir. Bir işçi sabahtan akşama kadar çalışabilir, gelir akşamleyin istirahata çekilir. Evet böyle bir mola ve dinlenme olmadan aynı tempoda çalışma ve hele verimli olma mümkün değildir. İnsanın vücûdu da tıpkı bir fabrika gibi farz edilecekse, onun âzâları o fabrikanın aletleri hükmündedir. Oruç ise, vücut fabrikasının dinlenmesine, eskimemesine ve mükemmel bir şekilde çalışmasına en önemli bir vesiledir. Oruçla, vücutta biriken zararlı yağlar, şişmanlık vesilesi fazla etler atılmış ve vücut belli seviyede tutulmuş olur. Bugün şişmanlıktan dolayı şikayet eden ve buna çare arayan dünya kadar insan var. Ve bu şişmanlığın kanın deveranına, beynin yavaş çalışmasına sebep olduğu da yine erbabının kabul ettiği gerçeklerden. Bu itibarla, orucu, maddî-manevî hem değişik dertlere çare, hem de sevap kazanmanın önemli bir vesilesi saymak mümkündür.

İftarlarda ağır yemeklerden kaçının. Varsa çorba ile başlamaktan kaçınmayın. Meyve ve yoğurt tüketmeye özen gösterin. Vücudunuzun yıpranmaması için sahuru da ihmal etmeyin.

AYŞE MUTLU

İftar sofraları sağlığımıza uygun olmalı

Ramazan'da nasıl beslenmeli?

Ramazan ayı kış mevsimine denk geldiği için oruçlu saatlerimiz daha azdır. Bu yüzden metabolizmamızda çok büyük değişiklikler meydana gelmez. Bu ay boyunca her zamanki normal yeme düzenini değiştirmeden, mümkün olduğu kadar hızlı sindirilen yiyeceklere göre lif ihtiva eden ve yavaş sindirilen gıdaları tüketmek oruç tutmayı kolaylaştırır. Çünkü yavaş sindirilen besinler 8 saatte sindirilirken, hızla sindirilen gıdaların sindirimi 3-4 saate düşer. Lifli gıdalara hububat, yulaf, irmik, fasulye, mercimek ve kabuklu pirinci örnek gösterebiliriz. Bu besinlerin sindirimi yavaştır. Böylece karnımız iftara doğru daha az acıkır. Hızlı sindirilenler ise beyaz un ve şeker ihtiva eden besinlerdir. Bu besinler çabuk yakılarak iftarı daha aç bir şekilde beklememize sebep olur. Orucun fizyolojik etkileri kan şekeri düşüklüğü, kolesterol düşüklüğü, büyük kan basıncındaki düşüklüktür. Müslüman ve Müslüman olmayan bilim adamlarının yaptığı araştırmalara göre oruçlularda pek çok tıbbî hastalıkta iyileşme gözlenirken, oruç tutmakla herhangi bir hastalığın kötüleştiğine dair bulgu tespit edilmedi. Ayrıca oruç tutan insanlarda önemli psikolojik değişiklikler de gözlenir. Oruçlu insan daha sakindir. Nefsine hakimiyet duygusunun verdiği özgüvenle kendisiyle daha barışıktır. Bireylerdeki bu hava topluma da yansır. Ramazan ayında suç oranları düşer. Bunda, yılda on bir ay içki içen şahısların bile Ramazan ayı boyunca da olsa alkol almaktan vazgeçmesinin rolü büyüktür.

İftarda hafif yemekler yiyin

Orucun detoksikan, yani toksinlerden temizleyici etkisi olduğu biliniyor. Oruç tutan insanlar, belirli bir şekilde beslendikleri için, organizma 1 ay boyunca dinleniyor. Bir anlamda sağlığına kavuşuyor. Oruç tutan insanların dikkat edecekleri birkaç nokta var. En önemlisi, iftarda ve sahurda birdenbire ve çok fazla yemekle mideyi doldurmamak. Ani mide gerginliği, hem tansiyon yükselmesine hem de nörolojik hormonların hızlı salgılanmasına yol açar. Az ve sık aralıklarla yemek en idealidir.

Yemeklerin seçiminde ise, çok yağlı, çok tuzlu ve aşırı tatlı gıdalardan kaçınmak gerekir. Bunların yerine hazmı kolay, mide bağırsak sisteminde uzun süre kalacak lifli ve selülozlu yiyecek tercih edilmeli. Maddi imkanlar el verdiğince iftar sofraları zeytin, hurma, çorba, sebze yemeği, meyve ve tatlıyla donatılır. Ağır tatlılar, reçeller, pastırma, sucuk, zeytin gibi tuzlu gıdalar, 12 saat aç kalmış bir mideye ağır gelir. İftar sofrasında tadımlık türden yiyecekler olmalı. En iyisi hafif bir çorba, bir sebze yemeği, etli de olabilir; ama fazla yağlı olmamalı. Mutlaka yoğurt ve meyve tüketilmeli. İftarda yemeğe başlangıç için beyne doygunluk hissi veren çorba çok uygun bir yiyecektir. Ramazan aynı zamanda çeşit çeşit tatlıların sofralarda mutlaka yerini aldığı bir zamandır; ama çok ağır ve yağda kızartılmış tatlılar yerine sütlü tatlılar tercih edilmeli. İftarda yenen ağır yemekler yağa dönüşür İftardan sonra az az ve sık yenilmeli. İftardan sahura kadar geçen vakitte bir öğün eklenip hafif gıdalar alınabilir. Gece metabolizma hızı düştüğü için iftarda yenen ağır yemeklerin çoğunun yağa dönüşme ihtimali yüksektir. İftara peynir, zeytin gibi basit yiyeceklerle başlanması, normal yemeğe ise saat 20.00-21.00 sıralarında geçilmesi daha iyi olur. Normal bir insanın günlük su ihtiyacı 2-2,5 litredir. O nedenle mümkün olduğu kadar 6-8 bardak kadar su, gece boyunca mutlaka tüketilmeli. Bunun yanında meyve suyu, ayran gibi sıvı içecekler de alınabilir. Bir diğer önemli konu ise, iftardan sonra ve dolu mideyle kılınan teravih namazı. 20 rekatlık bu namazı kılanlar için hayati tehlike söz konusu olabiliyor. Benim tavsiyem, oruç tutanların, yiyeceklerinin bir kısmını teravih namazından sonraya bırakmaları.

İftar saatleri erken olduğundan, iftarlar da aşırı yemek yenmemeli. Yemeğin bir kısmı teravih sonrasına bırakılabilir.



FOTOĞRAF: REUTERS

Oruçluların karşılaştığı sağlık sorunları

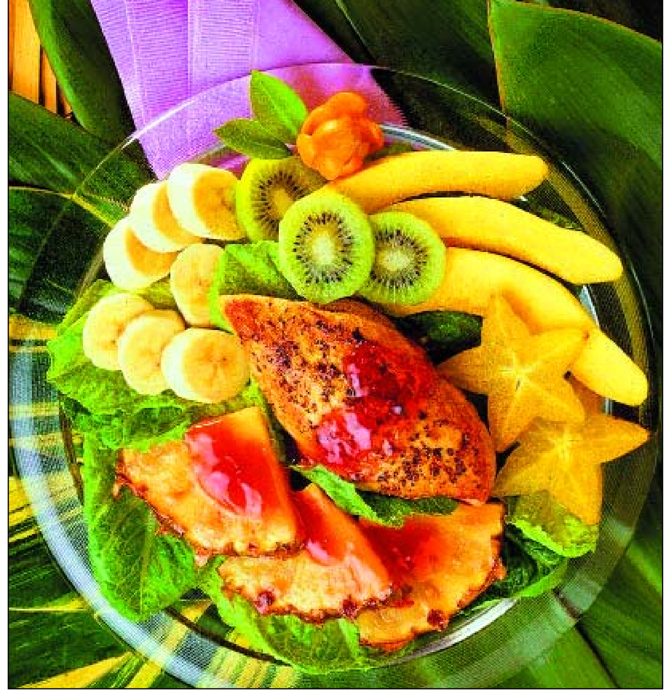
KABIZLIK:
Aşırı rafine gıda alan, az su içen ya da lifsiz beslenen oruçlularda görülebilir. Kabızlık nedeniyle hemoroid ve karın şişmesi de oluşabilir. Önlem olarak çikolata, pasta gibi rafine gıdalardan sakınılmalı, su içmeyi artırmalı ve lifli gıdalar alınmalı.

TANSİYON DÜŞMESİ:
Öğleden sonraları oruçlu insanlarda tansiyon düşmesi olabilir. Az sıvı alınması ve tuzsuz yenmesi tansiyon düşmesini artırabilir.

BAŞ AĞRISI:
Özellikle iftara doğru baş ağrısı görülebilir. Eğer düşük kan basıncı ile birlikteyse baş ağrısı ciddi olabilir ve iftar öncesi kusma yapabilir.

KAN ŞEKERİNİN DÜŞMESİ:
Halsizlik, titreme, kötü konsantrasyon, fiziksel aktivite yapamama, baş ağrısı, çarpıntı, kan şekeri düşmesinin sonuçlarıdır. Sahurda aşırı şekerli yemek ensülin salınımını artırarak gün içinde kan şekeri düşmesine sebep olabilir.

MİDE YANMASI, ONİKİPARMAKBAĞIRSAĞI ÜLSERİ:
Ramazan'da boş midede oluşan asit salgısının artması mide hastalıklarını ortaya çıkarabilir. Kahve, kola ve acılı yemekler de mide hastalarına olumsuz etkide bulunur. Özellikle mide şikayeti olanlar doktoruna danışarak oruç tutmalıdır.



Ramazan boyunca meyve tüketmeye özen gösterin.

Sahura mutlaka kalkın

Sahura kalkmak yerine gece yiyip yatmak hiç doğru değil. Sahurda da mutlaka su içilmeli ve sıvı alımına dikkat edilmeli. Yiyecek olarak da çorba tarzı, az yağlı yapılmış sebze, zeytinyağlı yemekler veya hafif kahvaltılardan biri seçilebilir. Pilav veya hoşaf doğru bir tercih değildir. Kan şekerinin düşmesini önlediği için de mutlaka ekmek yenmeli.

Ramazan ayında kısıtlanması gereken durumlar

- Kızartmalar ve yağlı yiyecekler
- Çok şekerli yiyecekler
- Sahurda aşırı yemek yeme
- Sahurda çok çay içme (Çay daha fazla idrar oluşturur ve bazı değerli minerallerin idrarla kaybına yol açar).
- Sigara içmek
- İftarda aşırı yemek yeme (İftarda az miktarda karın doyurulduktan sonra yatmadan 1 saat önce meyve suları, yoğurt veya daha hafif yiyecekler alınması uygun olur).

Hurma, badem ve muz

Şeker, fibrin, karbonhidrat, potasyum ve magnezyum kaynağı hurma; protein ve fibrinden zengin badem ve yine potasyum, magnezyum ve karbonhidrattan zengin muz, Ramazan'da yenmesi tavsiye edilen besinlerdir. Ayrıca, iftar ve sahur arasında mümkün olduğu kadar sıvı ve meyve suları içilmelidir. Böylece vücudun su ve elektrolit dengesi muhafaza edilmiş olur.



Şeker hastaları doktora danışmadan oruç tutmamalı

Türkiye'de sayıları 2,5 milyonu bulan şeker hastaları için Ramazan ayının özellikle dikkat isteyen ayrı bir boyutu var. Ensülin bağımlısı olan şeker hastaları, sürekli diyet ve egzersiz isteyen bir yaşam sürdürüyorlar. Oruç tutmak sağlıklı insanın metabolik dengesini değiştirmez. Şeker hastaları için ise oruç tutmak sakıncalı olabilir. Ensülin bağımlısı bir diyabetik, enjeksiyondan 30 dakika sonra bir şeyler yemek zorundadır. Yapılan ensülinin günlük dozuna göre en az 5-6 öğün yemesi şart. Bunu yapmazlarsa, şeker düşüklüğü sonucu hayati tehlike söz konusu olabilir, oruç zorunlu olarak bozulur. Şeker hastalarının diyetleri, 'çok öğünlü yemek' esasına dayanır. Özellikle şeker hastalarına oruç kesinlikle tavsiye edilmemeli. Şeker hastalığı olup olmadığını bilmeyenler, tok karnına şeker tahlili yaptırmalı.

Oruç, bir kilo verme yöntemi değildir

Oruç tutmak, sağlıklı insanlar için farzdır. Kesinlikle kilo verme yöntemi değildir. Zayıflamak için diyet yapan insan, Ramazan ayında da devam eder, ama kilo vermek için oruç tutan insanların kilo veremedikleri biliniyor. Hareket azaldığı için kilo vermeleri de zorlaşıyor. Aç kalarak yaptığımız tek şey, metabolizmayı zayıflatmaktır. Bu da tam tersi, zayıflamayı zorlaştırır. Oruç tutup zayıflamak isteyenler çok ağır beslenmesinler. Bir iftar yemeği en az yarım saat sürmeli ve aşırı yükleme önlenmeli. Çünkü, mideyle beyin arasında, tokluk hissi veren bilgi alışverişi 20 dakikada gerçekleşiyor. Ağır yemenin faydası burada. Kesinlikle yiyeceklere saldırmayın. İftardan birkaç saat sonra meyve yenebilir. İftarda kahvaltılık yendiyse, birkaç saat sonra ana yemek alınabilir.

ÖNERİLER

İftar ve sahur arasında bol su içilmeli. **Mümkünse çay ve kahve, yemeklerden yarım saat sonra içilmeli; açık ve şekersiz olmasına dikkat edilmeli.** Sahura kalkmak ihmal edilmemelidir. En azından gece geç saatte bir şeyler yenilmeli. **Yemekler iyi hazmetmek için sakin sakin yenmeli.** Stres, sindirimin bir numaralı düşmanıdır. **Yemek yerken işinize ara verin. Tartışmaktan ya da işleri düşünmekten kaçının.** Sindirim ağızdan başlar. Yediklerinizin iyi hazmedilmesi için öncelikle ağızda iyi çiğnenmesi gerekir. **Lokmaları iyice öğütünceye kadar çiğneyin. Lokmaları iyi çiğnemek yeterince tokluk duygusu vereceğinden, daha az yemek yemenizi sağlar.** (Yemek yerken konuşmamaya çalışın. Hava yutmak, mide ve bağırsaklarda gaz oluşmasına neden olur). Böylece yemek sonrası mide rahatsızlıklarından da kurtarır. Yemek yerken dik oturun. Rahat bir şekilde oturun; sırtınız dik olsun, bacak bacak üstüne atmayın. Böylece sindirim sisteminin daha rahat çalışmasını ve iyi hazmetmesini sağlarsınız.

ÖNERİLER

'Çocuklarımıza orucu nasıl sevdirebiliriz? Onlarda nasıl güzel hatıralar oluşturabiliriz?' diye soranlara Avcı ailesinin çocuklarıyla geçirdikleri Ramazan günlerini anlatmak istiyoruz.

■ **ŞEMSİNUR ÖZDEMİR**

Çocuklar, Ramazan'ı aileden görerek seviyor

Büyüklerimiz, Ramazan ayı geldiğinde çocukluklarındaki Ramazanların ne kadar güzel geçtiğini anlatır. İftarda top atışını nasıl heyecanla beklediklerini, yarı uykulu sahurlarını, öğlen vakti orucunu dedesine satıp bir güzel karnını doyurduktan sonra akşama kadar tekrar nasıl niyet ettiklerini mutlulukla hatırlarlar. Bu, aslında biraz da çocukluğa duyulan özlemin ifadesidir. Eski Ramazanlarla ilgili anıları tazelerken bugünün çocuklarının yıllar sonra anlatacakları ilk oruçlarını şimdi tuttuklarını da düşünmek gerek. Bu yüzden, bugünün Ramazanlarını da eskiler gibi güzel yaşatmak lazım çocuklara. "Çocuklarımıza orucu nasıl sevdirebiliriz? Onlarda nasıl güzel hatıralar oluşturabiliriz?" diye soranlara Avcı ailesinin çocuklarıyla geçirdikleri Ramazan günlerini anlatmak istiyoruz.

Avcı ailesinin Ahmet, Kadir, Enes ve Nilüfer isimli dört çocuğu var. Ahmet ile Kadir 15 yaşında ikizler. Bu sene lise 1'e devam ediyorlar. Enes henüz 4 yaşında, Nilüfer de 1,5 yaşında. Anne Ayten Hanım, Ramazan gelirken daha üç ayların başında ailece çok heyecan duyduklarını belirtiyor. Regaib Kandili'nden itibaren oruç havasına girdiklerini ifade eden Ayten Hanım, Recep ve Şaban aylarında pazartesi, perşembe günleri ve Mirac ve Berat kandillerinde oruç tutarak Ramazan'a hazırlandıklarını anlatıyor. Ramazan alışverişini çocuklarıyla birlikte yapan Ayten Hanım, bir ay boyunca onların sevdiği yemekleri ve tatlıları yapabilmek için isteklerine göre hareket ediyor. Aslında günlük yapılabilecek bu alışverişi çocukları da o telaşın içine katabilmek için birlikte hareket ediyor.

Avcı ailesinin Ahmet, Kadir, Enes ve Nilüfer isimli dört çocuğu var.



ÇOCUK VE RAMAZAN

Bu şekilde misafir geleceği zaman aceleyle markete koşmaktan da kurtulmuş oluyor. Çocuklar, annelerinin yaptığı pizzayı çok seviyor. Ayten Hanım da daha büyük şevkle kalksınlar diye sahurda pizza yapıyor. Hatta yıllar sonra bir oğlunun "Anne ilk zamanlar ben pizza için oruç tutuyordum, şimdi Allah için tutuyorum." dediğini hatırlatıyor. Ahmet ve Kadir, anne ve babasından görerek öğrenmiş orucu ve namazı. Onların söylemesine bile gerek kalmadan kendiliklerinden başlamışlar ibadetlerini yapmaya. Bu arada orucun ne olduğu, neden tutulduğu ile ilgili birçok soru sormuşlar. Ayten Hanım, orucun İslam'ın şartlarından biri ve Allah'ın emri olduğunu, belli yaşa gelen her Müslüman'ın yerine getirmesi gerektiğini anlatmış. Çocuklarını oruç tutmaları için hiç zorlamamış. Bilakis, sınavları olduğu gün tutmamalarını bile tavsiye etmiş. Ancak, 'bir gün tutmasam bir ay hiç tutmamış gibi hissediyorum' diyerek bırakmamışlar oruçlarını. Ahmet ve Kadir, ilk defa ilkokul 1. sınıfta Ramazan'ın başında, ortasında ve sonunda birer gün oruç tutmuşlar. Sonraki 2 yılda üçer güne çıkmış oruçları. Kadir, 4. sınıfta Ramazan'ın tamamını oruçlu geçirmiş. Ahmet ise bünyesi daha zayıf olduğu için sonraki sene tamamlamış bir ayı. Çok zorlandığı bir gün akşama doğru annesinin ısrarına rağmen "Hayır anne. Gece Allah'a söz verdim, nasıl bozarım?" diyerek itiraz etmiş. Ahmet ve Kadir, iftar vakti yaklaşınca pencereye koşup birçok camiden aynı anda okunan ezanı dinlemeyi ve minarelerin ışıklarının yanmasını beklemeyi hâlâ çok seviyor. Daha küçükken bayramın ilk günü akşam vakti yine pencereye koşup da minarelerin ışıklarının yanmadığını görünce nasıl üzüldüklerini anlatıyorlar. Gökyüzünde parlayan yıldızların sönmesi gibi bir hüzün yaşamışlar.



Çocuklar annelerinin yaptığı pizzayı çok seviyor. Çocuklar önceleri pizza için şimdi ise Allah rızası için oruç tuttuklarını söylüyor.



FOTOĞRAFLAR: GÜLİZ KARAOĞLAN

Sevdiklerimizin eve gelmesi onları mutlu ediyor

Ramazan'ı 'gezme ayı' olarak değerlendiren çocuklar, teravih çıkışlarında pamuk şeker ve tatlı çerezler almayı dört gözle bekliyor, büyüseler bile... Cami gezilerinin yanı sıra Ramazan'a özel tiyatrolara ve programlara da gidiyorlar ailece. Çocuklara göre Ramazan eğlence ayı aynı zamanda. Ahmet, Kadir ve Enes'in Ramazan'daki en büyük mutluluklarından birisi de eve gelen misafirler. Akraba ve komşularının yanı sıra bu mübarek zamanları ailelerinden uzakta geçirmek zorunda kalan üniversite öğrencilerine de açıyorlar sofralarını. Misafirsiz iftar ettikleri çok nadir oluyor. Çocuklar da misafirler için hazırlanan çok özel ikramların yanı sıra sevdiklerinin eve gelmesinden mutluluk duyuyor. Özellikle öğrencilerle birlikte sofraya oturmayı, dua etmeyi, teravih namazı kılmayı ve sohbetlerini dinlemeyi çok seviyorlar. Öğrenci ağabeyleri geciktiği zaman çocukların da yemeğe başlamadığını anlatan Ayten Hanım, "Küçükken de onlarla sofraya oturmaktan çok hoşlanırlardı. Misafire hazırlık daha farklı olduğu için sevinirler. Namazda, oruçta ve ahlakî değerleri güzelce yaşama hususunda o insanları örnek aldılar. Onları tanıdığımız için çok şükrediyorum. Çünkü aynı sevgiyi anne babaları olarak biz veremezdik." diyor.



"Ağabeylerimin buzdolabı bomboştu" diye üzülen oğluyla birlikte alışveriş yapıp götüren aile bundan mutluluk duyduğunu söylüyor.

Ağabeylerimin buzdolabı bomboştu

Ayten Hanım, çocuklarının insanlara yardım için hassasiyetlerini şöyle anlatıyor: "Bir Ramazan'da oğullarımın biri iftara geç kalmıştı. Ağabeylerinin evinden geliyordu. Biz sofradaydık. Kapıdan girince hemen annelik şefkatiyle 'Oğlum hemen gel.' diyerek sofraya çağırdım. Kapıdan geçti. 'Şuradaki keyfe bakar mısınız? Benim ağabeylerimin buzdolabı bomboş. Bir de sizin sofranıza bakın.' dedi ve küçük yaşında bizi utandırdı. Hemen ertesi gün babasıyla birlikte alışveriş yapıp onlara götürdüler. Bir Ramazan'da da fitrelerimizi öğrencilere verecektik. Oğlumla gittiğimiz yerden dönerken geç kaldık ve iftarı bir saat kaçırdık. Oruçluyduk ikimiz de. 'Haydi ben neyse de sen çok aç kaldın.' diye üzüntümü ifade ettim. 'Olsun anne, onlar için her şeye değer.' dedi. O zaman daha ilkokula gidiyordu."

ÇOCUK VE RAMAZAN

Teravih neşesi

Camide teravih kılmanın, özellikle iftar vakitlerinde yaşanan telaş ve heyecanın çok güzel olduğunu ifade eden Kadir, Ramazan'ın, iç dünyasındaki yerini şöyle anlatıyor: "İftarda bir taraftan sofra kuruluyor, bir taraftan ezan okunuyor. Ramazan'da en çok babamın gezmeye götürmesi güzeldir. Karagöz seyretmeye, tiyatrolara, camilere gitmek çok güzel. Teravih de kılıyoruz camide. Evde ailece kılmak da güzel; ama kalabalık olunca namaz daha zevkli geliyor."

Ramazan bitince gerçekten çok üzüldüğünü söyleyen Ahmet ise şöyle konuşuyor: "Annem her zaman güzel şeyler yapar; ama Ramazan'da samimiyetini de katıyor. Ramazan'da ruhum rahatlıyor. Oruçlu iken top oynadığımda nefsimi idare etme bakımından zorlanıyorum. Terliyorum, susuyorum; ama sabrediyorum. Ramazan'da acayip şeyler oluyor içimde. 7 yaşımdaydım. Annem sahura kaldırdı. Oruca niyet ettim; ama gündüz evde çok güzel şekerler vardı. Ortada duruyordu. Arada bir atıştırıyordum. Annem sorunca 'oruçluyum' dedim; ama o gün şekerleri yedim. İftar vakti minarelerde ışıklar yandıktan sonra gökyüzüne bakıp düşünmeyi severim. Gökyüzünde ayrı bir hava oluşuyor. Havanın kokusu bile güzel geliyor. O sırada Allah'ı, ailemi, arkadaşlarımı düşünüyorum ve şükrediyorum. Bazen mesuliyet duygusu da ağır basıyor. Oruç tutmayan arkadaşlarım için üzülüyorum. Hesabının benden sorulacağını düşünüyorum. Ramazan'da ayrı bir düşünce atmosferine giriyoruz sanki. Arkadaşlarımla daha samimi, insanlara karşı daha merhametli oluyorum. Babamla camiye gitmiştim bir iftar vakti. Avluda yemek dağıtılıyordu. Onları gördükçe halimize şükrettim. Bir Ramazan'da birikmiş param vardı. Takım şapkası almak istiyordum. Annem sadaka verebileceğimi söyledi. Ertesi gün de sınavım vardı. Sadakamı verdim. Sınavda daha başarılı oldum. Ramazan aynı zamanda paylaşmadır. Evimize misafir gelince onlarla birlikte meleklerin de geldiğini düşünüyorum; çünkü evde ayrı güzel bir hava oluşuyor."



Avcı ailesi Ramazan'da her akşam farklı bir camiye gidip hem gezmeye hem de ibadet etmeye özen gösteriyor. Bu sayede İstanbul'daki bütün camileri tanımışlar artık.



Oruçla ilgili merak ettiğiniz sorulara cevaplar

■ DR. JALE ŞİMŞEK

Oruç kimlere farzdır?

Namaz mükellefiyeti (yükümlülüğü) için geçerli olan şartlar oruç için de geçerlidir. Yani oruç mükellefiyeti için; Müslüman olmak, ergenlik (bulûğ) çağına girmiş olmak ve akıllı (aklî olgunluk düzeyi) olmak, oruç tutmaya güç yetirecek durumda olmak gerekmektedir. Ergenlik çağına gelmemiş olan çocukların oruç tutmaları şart olmamakla beraber bedenî durumları göz önüne alınmak şartıyla oruca alıştırmak ve ısındırmak amacıyla ara ara oruç tutmalarını istemek uygundur. Hasta ve yolcu olan kişiler isterlerse oruç tutmayabilirler. Fakat hastalık ve yolculuk durumları bittikten sonra tutmadıkları oruçlarını Ramazan ayı dışında kazâ ederler. Gebe ve emzikli (süt veren) kadınların durumu da böyledir.

Kimler tutmayabilir?

Bazı durumlarda Ramazan ayı orucunu tutmamaya müsaade edilmiştir. Bu durumlar şunlardır:

1- Seferî (yolcu) olmak,
2- Hasta olmak (doktorun; 'oruç tutamazsın' dediği haller),
3- Gebe ve emzikli olmak,
4- Yaşlanmış olmak,
5- İleri derecede açlık ve susuzluk,
6- Zor ve meşakkatli işlerde çalışmak.

"Mesleği gereği sürekli olarak yolcu olan kişi oruç tutmayabilir mi?" diye sorulacak olsa cevabı şudur: Böyle bir işi olan kişinin öncelikle sağlığı açısından bir sıkıntı ve zarar görmeyecekse oruç tutması daha faziletli görülmüştür. Sıkıntı ve zarar söz konusu olduğunda oruç tutmaz ve tutmadığı oruçların fidyesini verir.

Oruç imsak vaktinden iftar vaktine kadar, bilinçli olarak bir amaçla yeme-içme ve cinsel ilişkilerden uzak durmak demektir. Oruç için kısaca; "insanın, şeytanı zincirlere vurduğu halidir" dersek çok yerinde söylemiş oluruz.

1. Oruca ne zaman niyet edilir?

Hanefîlere göre; Ramazan orucu, nâfile oruçlar ve vakti belirtilmiş adak oruçlarının niyet etme vakti gün batımından başlayıp ertesi günün kuşluk vaktine hatta öğle namazı vaktinin girmesinden az önceki vakte kadar devam eder. Öğle namazı vakti girdikten sonra artık hiçbir oruca niyet edilemez.

Şâfîlere göre; Ramazan orucu, kazâ orucu ve adak orucuna geceden niyet etmek şarttır. Fakat nâfile oruca zevalden önceye kadar niyetlenmek câizdir.

2. Orucu bozan şeyler nelerdir?

Orucun anlamı ve temel unsuru; yemekten, içmekten ve cinsel ilişkilerden, zevklerden uzak durarak, insan nefsinin bunlardan mahrum bırakılmasıdır. Bunun ihlali orucu bozar.

3. Sadece kazâyı gerektiren şeyler nelerdir?

Beslenme anlamı ve amacı taşımayan ve yenilip içilmesi alışılmış olmayan, yani insan tabiatının eğilim göstermediği şeylerin yenilip içilmesinden oruç bozulur, fakat bu oruç için sadece kazâ gerekir. Örneğin; çiğ pirinç, hamur, un, ham meyve yemek, kabuklu fındık, ceviz... gibi şeyleri yutmak orucu bozmakla beraber kefâret gerektirmez. Ağza giren yağmur, dolu, karı isteyerek yutmak da orucu bozar, fakat kefâret gerekmez. Kusma, kasıtlı olarak meydana gelir ve ağız dolusu olursa orucu bozar, sadece kazası yapılır, kefâret gerekmez. Kasıtsız kusmalar orucu bozmaz. Kişi oruçlu olduğunun bilincinde olduğu halde abdest suyundan yanlışlıkla içse, denizde yüzerken su yutsa, banyo yaparken ağzına aldığı suyu yutsa orucu bozulur, kazâsı gereklidir.

Sahura kalkmış kişi, imsak vaktinden habersiz yeyip içerken vaktin geçtiğini öğrense orucu bozulur ve o günkü orucu kazâ etmesi gerekir, kefâret gerekmez. Unutarak yiyip içtikten sonra orucunun bozulduğunu zannedip yiyip içmeye devam edildiği veya cinsel ilişkide bulunulduğunda oruç bozulur, kazâsı gereklidir.

Gece niyetlenmeyi unutup gündüz niyetlendikten sonra, bu niyetin geçerli olmadığına kanaat getirip yiyip içmek, cinsel ilişkide bulunmak orucu bozar, kazâ gerekir, kefâret gerekmez. Oruçlu bayanın regl (aybaşı) kanaması başlasa orucu bozulur, kazâsı gereklidir.

Aniden sancılanan, dayanılmaz ağrılar içinde kalan oruçlu kişi; sağlığı için gerekli ilaçları içerek orucu bozar. Bu orucun kazâsı gereklidir, kefâret gerekmez.

Bayılma ve delirme hali orucu bozar. Fakat bu durumlar mükellefiyetin ön şartı olan 'bilinci' ortadan kaldırdığından bilinçsiz günlerin orucu, dolayısıyla kazâsı da yoktur.

Ramazan, yiyip içmekten kaçınıp fakirleri anlama ayıdır. Gamsızca yiyip içip fukarayı aramıyorsak kâmil oruç tutmuyoruz demektir.



4. Kazâ ve kefâret gerektiren durumlar nelerdir?

Orucu bozup hem kazâ hem de kefâreti gerektiren hallerin başında; Ramazan günü oruçlu veya farz bir oruca niyetli iken yapılan cinsel ilişkidir. Bu konuda bütün fıkıh mezhepleri görüş birliğine varmışlardır.

Bir şey yiyip içmenin kefareti konusu mezhepler arasında tartışmalı olmakla beraber Hanefî mezhebi; bilerek isteyerek bir şey yeyip içmeyle bozulan oruç için kazâ ve kefâretin gerektiğini söyler.

Örneğin; kişi tam bir şey yiyor, içiyorken imsak vaktinin girdiğini anlasa hemen yemeyi ve içmeyi kesmelidir. Bile bile devam edecek olsa, Hanefî imamlara göre bu durum kazâ ve kefâreti gerektirir. Ayrıca iftar vaktinin girdiğini zannedip orucunu açan kişi için de kazâ ve kefâret gerekir. Şâfîi mezhebine göre ise; sadece kazâ gerekir.

5. Orucu mazeretsiz olarak kasten bozmanın kefâreti nedir?

Bir mazeret olmaksızın bilerek, isteyerek yeme, içme veya cinsel birleşmeyle oruç bozmak dinen bir hata olup telâfisi için Hanefî mezhebine göre; peş peşe 60+1 (2 Kamerî ay+1 gün) gün oruç tutmak zorunluluğu vardır. Yani bir sebep olmaksızın niyetlenilmiş (başlanmış) farz bir orucu bozmanın cezası ara vermeden iki ay oruç tutmaktır. Ayrıca bozulan oruç için de kazâsı (bir gün) ilâve edilir, böylece kefâret 61 güne tamamlanır. Kefâret borcu olan kişinin oruç tutmaya "gerçekten" gücü yetmezse; o vakit altmış fakiri doyurmalıdır. Doyurmak için yemek verebileceği gibi, kefâretini parasal olarak da ödeyebilir. Kefâretin parasal tutarı bir veya birkaç kişiye pay edilebilir. Önemli olan kefâret verilen kişilerin fakir, yoksul kişiler olmalarıdır.

Şâfîi mezhebi; sadece bilerek cinsel ilişkiyle bozulan orucun kefâretini ister.

6. Unutarak yemek-içmek orucu bozar mı?

Unutarak bir şey yemek ve içmekle oruç bozulmaz. Peygamberimiz oruçlu olduğunu unutarak yiyip içenlerin oruca devam etmelerini, onları Allah'ın yedirip içirdiğini söylemiştir. Unutarak bir şey yiyen veya içen kişi oruçlu olduğunu hatırladığında hemen yemeyi keser ve orucuna devam eder.



FOTOĞRAF: MEHMET DEMİRCİ

7. İğne ve serum orucu bozar mı?

İğne veya damar yoluyla alınan ilaç, serum veya aşı vücudun içine akıtılmış olmaktadır. Bunlar beslenme sayılmamakla beraber vücudu güçlendirdikleri kesindir. Bu şekilde alınan ilâç Ebû Hanîfe'ye göre; orucu bozar ve kazâ gerektirmekle beraber kefâret gerektirmez.

Buna mukabil olarak Ebû Yûsuf ve Muhammed'in; "derin yara üzerine sürülen merhemin orucu bozmayacağı" görüşünü esas alanlar, iğneyle vücuda ilâç zerk edildiğinde orucun bozulmayacağını söylemişlerdir. Eskiden fetvahâne ve daha sonra 1948 yılında Ezher Üniversitesi Fetva Komisyonu "vücudun tabii deliklerinin dışında vücuda giren bir şeyin orucu bozmayacağı" yönünde fetva vermiştir.

Bu noktadan hareketle; astım ve nefes darlığı için ağza sıkılan sprey, zerrecikler halinde içeri girmekle beraber ilâcın akciğerden öte gitmediği ve mideye ulaşmadığı, gıda ve susuzluk gidermediği göz önünde tutulduğunda bunların orucu bozmayacağı ileri sürülmüştür.

Hangi görüş ile ibadet edilirse edilsin, tercih, karar ve sorumluluk mükellefe aittir.

8. Yıkanmak orucu bozar mı?

Yıkanmak, duş almak, yüzmek orucu bozmaz. Ancak ağza kontrolsüz su kaçırmamak ve yutmamak şartıyla. Peygamberimiz oruçluyken gusül almış, yıkanmıştır.

9. Oruçlu iken uykusunda ihtilâm olan veya cünüp olarak sabahlayan kişinin durumu nedir?

Oruçlu iken ihtilâm hali yaşayan veya cünüp olarak sabahlayan kişi uyandığında gusül abdestini alır ve orucuna devam eder.

10. Astım hastalarının ağızlarına püskürttükleri sprey orucu bozar mı?

Astım hastalarının nefeslerini açmak için ağızlarına sıktıkları sprey orucu bozmaz. İzahı yukarıda bulunmaktadır.

11. Parfüm ve kolonya orucu bozar mı?

Parfüm ve kolonya Hanefî mezhebine göre; orucu bozmaz ve zarar vermez, Şâfii mezhebine göre ise; haramdır, çünkü bu maddeler necis olarak belirlenmiştir. Kullanılmasına cevaz verilmez.

12. Oruçlu kimse diş tedavisi yaptırabilir mi?

Oruçluyken diş tedavisi yaptırmak; tedavi esnasında ağızda biriken kan ve suyun yutulmaması şartıyla orucu bozmaz.



Diş fırçalama sırasında macun ve suyun yutulmaması gerekir. Diş fırçalamayı iftar ve sahurda yapmak ise en güzelidir.

13. Diş fırçalamak orucu bozar mı?

Oruçlu iken ağız ve diş temizliğinin diş fırçası ve diş macunu kullanarak yapılması oruca zarar vermez.

14. Sakız çiğnemek orucu bozar mı?

Önceden çiğnenmiş, şekersiz, tatsız bir sakızın çiğnenmesi orucu bozmamakla beraber yutulma tehlikesi bulunduğundan mekruh sayılmıştır.

15. Kan aldırmak orucu bozar mı?

Esasta kan aldırmak orucu bozmamakla birlikte, oruçlunun direncini düşürdüğü ve güçsüz düşürdüğü için mekruh görülmüştür.

16. Kusmakla oruç bozulur mu?

Mide içindeki gıdanın kendiliğinden dışarı atılması, yani kusma irade dışı gerçekleştiğinde oruç bozulmaz.



Dudağa sürülen ruj orucu bozmaz amaorucun anlam ve gayesi düşünüldüğünde sürmemek daha güzeldir.

17. Makyaj yapmak veya yaptırmakla oruç bozulur mu?

Oruçluyken makyaj yapmak orucu bozmaz.

18. Uçakla seyahat eden oruçlu şahıs iftarını nasıl yapar?

Uçmakta olan oruçlu şahıs, üzerinden geçmekte oldukları ülkede iftar vakti girdi ise, bu duruma itibar ederek orucunu açar.

19. Orucu bozan şeyler nelerdir?

Hanefî mezhebine göre orucu bozan şeyler; hata ile bir şey yemek, içmek, bir şey yutmak (yüzerken su yutmak, tadına bakarken yemeği yemek, gusül veya abdest alırken su içmek, ağza giren karı, yağmur suyunu yutmak...gibi). Hayız (regl) görmek, doğum yapmak, bayılmak, delirmek, kendini isteyerek ağız dolusu kusturmak (ağız dolusu olmazsa bir şey olmaz), fitil takmak, imsak girdiği halde hata ile yiyip içmeye devam etmek orucu bozar.

20. Orucu bozmayan güncel şeyler nelerdir?

Tırnak, saç, sakal kesmek. Vücut temizliği yapmak, saç boyamak, oje sürmek, göze sürme çekmek, yüze makyaj yapmak, çiçek, esans, misk koklamak, öpmek, gülmek, şakalaşmak, bağırmak, ağlamak, biriktirilmemiş tükürüğü yutmak, diş fırçalamak, göze ilaç damlatmak, lens takmak, takma dişleri ağza yerleştirmek, diş eti kanamasının tadını ağızda hissetmek, öksürükle ağza gelen balgamı yutmak, geğirtiyle boğaza gelen mide suyunun geri yutulması, burundaki sümüğü genizden çekip yutmak, sahurdan dişler arasında kalmış nohuttan küçük gıda artığını yutmak, eşini uğurlarken sarılmak, öpmek, çocuklara sarılıp öpmek, onlarla oynamak, dedikodu yapmak-yalan söylemek (fakat günah işlenmiş olur), serinlemek için eli, yüzü yıkamak veya duş almak, bakarken veya düşünürken boşalma yaşamak orucu bozmaz.

21. Dudağa sürülen ruj orucu bozar mı?

Oruçluyken dudağa sürülen ruj orucu bozmamakla beraber rujun emilmesi, tadına varılması mekruhtur. Orucun anlam ve gayesi göz önünde tutulduğunda oruçluyken ruj sürmemek orucun sıhhati açısından yerinde bir harekettir.

22. İnsanın eşiyle öpüşmesi, kucaklaşması orucu bozar mı?

Esas itibari ile insanın eşiyle öpüşmesi orucu bozmaz. Fıkıh ve ilmihal kitaplarında; biraz ileri gidildiği takdirde orucun bozulmasına sebep olabilecek şeyler mekruh sayılmıştır. Bu açıdan bakıldığında kendilerinden emin olmayan eşlerin bir birleriyle şakalaşması, öpüşmesi mekruh sayılmıştır.

23. Oruç fidyesi nedir? Kimler fidye verir? Fidye ne kadardır?

Ağır bir hastalığa yakalanan ve iyileşme umudu olmayan hastalar ve oruç tutmaya gücü yetmeyen yaşlılar tutamadıkları oruçlarının kâzasını hiçbir zaman yapamayacaklardır. Bu durumda onlar tutamadıkları oruçların borcundan kurtulmak için kurtuluş bedelini, yani fidyesini verirler. Fidye, "her bir oruç için bir fakiri doyuracak" şeklinde verilir. Fidyenin miktarının alt çizgisi budur. Fidyenin, kişinin mutfak harcaması göz önünde tutularak belirlenmesinde de hayır vardır.

24. Ramazan orucunu tutamayacak hastanın fidyelerini Ramazan ayı çıkmadan vermek doğru mu?

Oruç fidyesi, oruç tutamadıkça verilir. Geleceğe yönelik borç ödeme olmaz. Çünkü gün yaşanmadıkça, oruç borcu meydana gelmedikçe fidye verilmez.

25. Oruçluya mekruh haller nelerdir?

Tükürüğünü ağızda biriktirip yutmak, zorunlu olmadığı halde bir şeyin tadına bakmak, ağza alıp çiğnemek, zayıf düşecek şekilde kan vermek, ağır işlere girişerek vücudu yormak, uykusuz bırakmak.

26. Farz olmasının şartları nelerdir?

Farz olması için öncelikle Müslüman olmak gerekir. İkinci olarak ergenlik çağına girmiş ve akıllı durumda olmalı ve üçüncü olarak oruç tutmaya gücü yetmelidir.



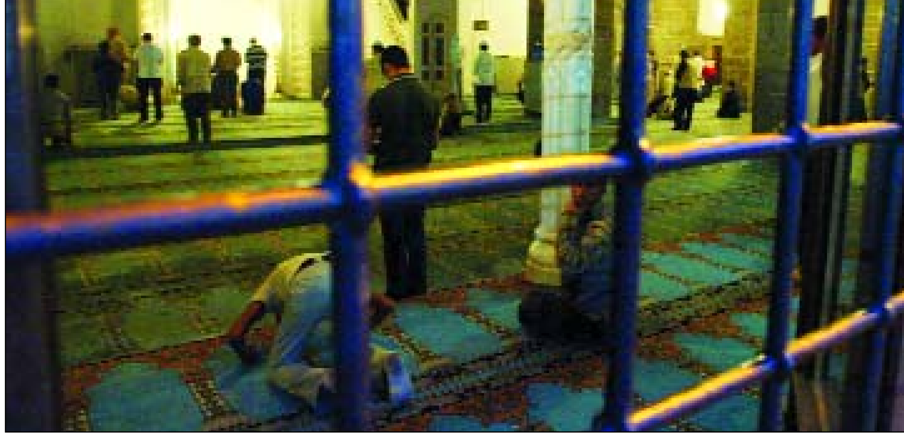
FOTOĞRAF: İBRAHİM USTA

27. Hasta oruçlarını tutamadan ölse, oruç fidyelerini eşi veya çocukları onun yerine verebilir mi?

Ölünün arkasından oruç borçlarının fidyesi yakınları tarafından verilmesi câizdir. Vefat edenin günahlarının affına yakınlarının yardımcı olması beğenilen, övülen (mendup) bir davranıştır.

28. Oruç fidyesi bir yoksula mı, yoksa birkaç yoksula mı verilir?

Tutulamayan oruçların fidyeleri bir yoksula verilebileceği gibi bir çok yoksula da pay edilebilir.


FOTOĞRAF: ALİ ÜNAL

29. Orucun sıhhat şartları nelerdir?
Tutulan orucun geçerli olabilmesi için öncelikle niyet getirilmiş olması, daha sonra orucu bozan hallerden kesinlikle uzak durmak gerekir. Ayrıca bayanların regl ve loğusa hallerinden çıkmış olmaları gerekmektedir.

30. Ramazan orucuna her gün niyet şart mı?
Oruç bir ibadettir. İbadeti âdetten ayırt etmek için başlamadan evvel niyet şarttır. Tutmak istenilen oruca kalben olsun niyet etmek yeterlidir. Fakat niyetin dille ifade edilmesi takdir gören bir davranıştır. Oruç için sahura kalkmak da niyet sayılır. Ramazan'ın her günü için ayrı ayrı niyet etmek; fakihlerin çoğunluğuna göre şarttır. Çünkü her bir günün orucu kendi başına bir ibadettir.

31. Orucun niyet vakti ne zaman başlar, ne zaman biter?
İçinde bulunulan gün bitmeden, yani güneş batmadan ertesi gün tutulacak oruç için niyet edilemez. Ramazan orucunun kazâsı, başlanılmış bir nafile orucun kazâsı, bütün kefâret oruçları ve zamanı belirlenmemiş (mutlak) adak oruçlarının niyet zamanı; gecenin başlaması ile bitimine kadardır.

Ramazan orucu, zamanı belirlenmiş adak orucu, bütün nâfile oruçlar ki bunlar belli bir zamana bağlı olan oruçlardır. Bu oruçların niyeti; akşam güneşinin batışından itibaren ertesi günün yarısından (öğleden) öncesine yani istivâ zamanından önceye kadar; 'hiçbir şey yememiş olma şartıyla' yapılabilir. Daha sonraya kalan niyet geçerli değildir.

32. Bir oruca, "hem kefârete hem de nâfileye" diye niyet edilebilir mi?
Her oruca bir niyetle başlanması şarttır.

33. Kefâret orucu olan bir bayan regl (ay başı kanaması) durumundan ötürü nasıl peş peşe oruç tutabilir?
Kefâret orucu olan bayan oruçlarına başlar, regl olana dek oruca devam eder. Söz konusu döneme girdiğinde orucuna ara verir ve bitene kadar bekler. Daha sonra gusül alıp bıraktığı yerden oruçlarına devam eder.

34. Namaz kılmayanın tuttuğu oruç kabul edilir mi?
Her ibadet kendi başına değerlendirilir. Yani namaz kılmayanın tuttuğu oruç kabul olmaz diye bir şey söylenemez. Namaz kılmayan bir kişi orucun kurallarına uyduğu müddetçe oruçları geçerli olup oruç mükellefiyetini yerine getirmiş olur ve oruç sevabını da hak eder. Bununla birlikte oruçlu olarak kılınan namazların sevabı da çok büyüktür.

35. Oruçlu iken arkadan veya önden fitil koymak orucu bozar mı?

Oruçlu iken arkadan fitil kullanmak orucu bozar. Bundan dolayı sadece kazâ gerekir, kefâret gerekmez.

Kadının cinsel organına ilaç veya benzeri herhangi bir şeyin akıtılması veya doktora muayene olması orucunu bozar. Kazâ gerekir.

Erkeğin cinsel organının içine akıtılan ilaç Hanefîlere göre orucu bozmaz; Şafiilere göre ise bozar.

36. Düşük yapan kadının orucu bozulur mu?

Düşük yapan bir kadının yaptığı düşüğün saç, tırnak gibi bazı uzuvları belirgin hale gelmişse bu kadın, yaptığı bu düşükle loğusa sayılır ve orucu da bozulur.

37. Oruçlu iken buruna, göze damlatılan ilaç orucu bozar mı?

Burna akıtılan ilaçla oruç bozulur. Bu durumda oruçlu o günkü orucuna devam eder. Ramazan'dan sonra bir gün kaza eder. Göze damlatılan ise -eseri boğazda hissedilse bile- orucu bozmaz.

38. Oruç tutmanın yasak olduğu günler nelerdir?

Ramazan bayramının birinci günü, kurban bayramının dört günü oruç tutulmaz, câiz değildir. Tahrîmen mekruhtur. Bayram günü yakınlarımızla bayramlaşmak, yiyip içmek, sevinçlere ortak olmak gereklidir. Bu günlerde oruç tutulacak olsa günah işlemiş olmakla beraber oruç geçerlidir. Bu oruç bozulacak olsa kazâ ve kefâret gerekmez. Çünkü câiz olmayan bir görev yüklenilmiştir.



39. Alkollü iken oruç tutulabilir mi?

Alkol alarak sarhoş olmuş kişiler namaz kılamaz, oruç tutamazlar. Ancak alkolün tesiri bitip bilincine kavuştuğunda oruç tutabilir. Çünkü ibadetlerde bilinçli yani aklı başında olmak şarttır.

40. Oruçlu iken ağrıyan dişe ilaç koymak orucu bozar mı?

Ağrıyan dişin sancısını kesmek için dişe damlatılan veya koyulan ilaç, yutulmadıkça orucu bozmaz.

41. Oruçlu tiryakinin sigara dumanını soluması veya dumanın boğazına kaçması orucunu bozar mı?

Sigara dumanının havaya karışmış halini teneffüs etmek orucu bozmaz. Çünkü insan hava almak zorundadır. Teneffüs olayı yeme, içme ile ilgili değildir. Fakat bilerek, isteyerek sigaranın tütmekte olan dumanını, buhurdanlığın dumanını içine çekmek, duman üzerinde nefes almak orucu bozar.

42. Oruçluya mekruh olan ve olmayanlar nelerdir?

Orucun bozulmasına sebep olacak davranışlar ile orucun anlam ve gayesine ters düşen, yakışmayan şeyler dinen mekruh sayılmıştır. Örneğin, bir şeyi tatmak, çiğnemek; o şeyi yutma riski taşıdığından oruçluya mekruhtur. Fakat pişirdiği yemekten sorumlu olan kişi, yemeğin tadına bakması gerektiğinde bakar ve ağzını çalkalar.

Eşlerin öpüşmesi; oruca zarar vermemekle beraber ileri bir davranışa yol açabilirliğinden dolayı mekruhtur. Diş temizliği için diş fırçalamak veya misvaklamak mekruh olmamakla beraber bu harekette aşırılığa gitmek mekruhtur.

43. Geçici hastalığın, hayızın (regl), loğusalığın sebep olduğu kazâ oruçlarının fidyesi verilir mi?

Bu oruçların fidyesini vermek gerekmez. Kişi iyileştiğinde, yani oruç tutacak duruma geldiğinde Ramazan ayı dışında kazâ oruçlarını istediği günlerde tutar.



Sigara dumanını bilerek içe çekmek orucu bozmaktadır.

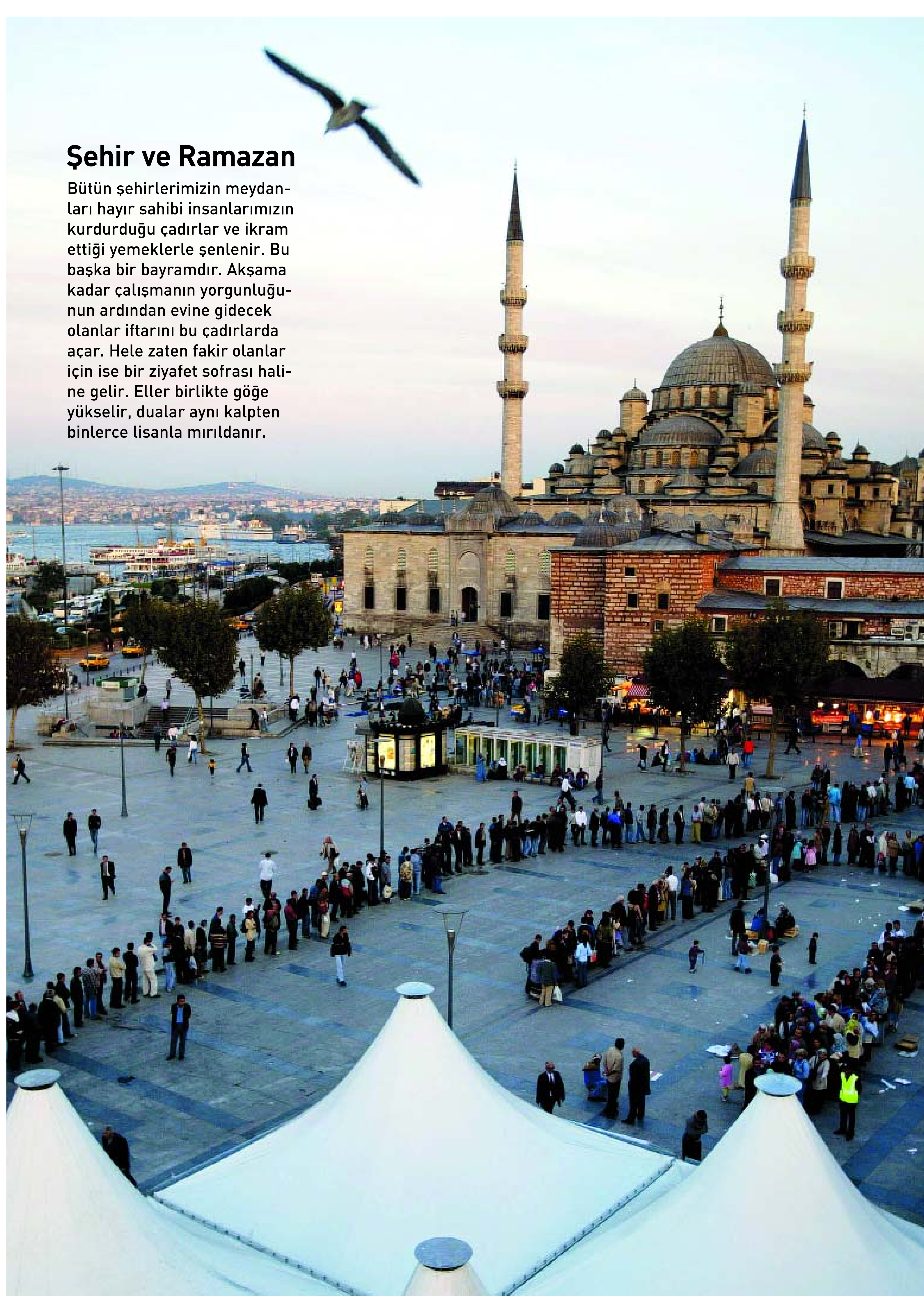
44. Sigara içmek, morfin yapmak orucu bozar mı?

Sigara, nargile gibi keyf veren tütün kökenli dumanlı maddeler ile tiryakilik gereği alınan tüm maddeler (morfin gibi) oruç yasakları kapsamına girmektedir. Oruçlu iken bu tür maddelerden bir tanesi kullanıldığında oruç bozulur.

45. Oruçlu kimsenin yapması uygun olan şeyler nelerdir?

Oruçlu kişinin, dilini gereksiz sözlerden, kötü-çirkin kelimelerden koruması, gözlerini ve ellerini helâl olmayan şeylerden çekmesi, her zamankinden daha fazla kibar ve nazik olmaya çalşması, vaktini ilim yaparak, Kur'an okuyarak, dua, salâvat, zikir ve insanların faydalanacağı işlerle doldurarak geçirmesi, yardıma muhtaçlara maddî ve mânevî yardımlarda bulunması, temizlenmesi gerektiğinde oyalanmaması, iftar yemeğinde aceleci olması, yoksul oruçlulara kolaylıklar sağlaması, şefkat ve merhametinin sınırlarını genişletmesi kendisi için müstehaptır. Yani bu şekilde hareket ettiğinde oruçlarının sevabı gayreti ölçüsünde katlanarak artar.

FOTOĞRAF: MUSTAFA KİRAZLI

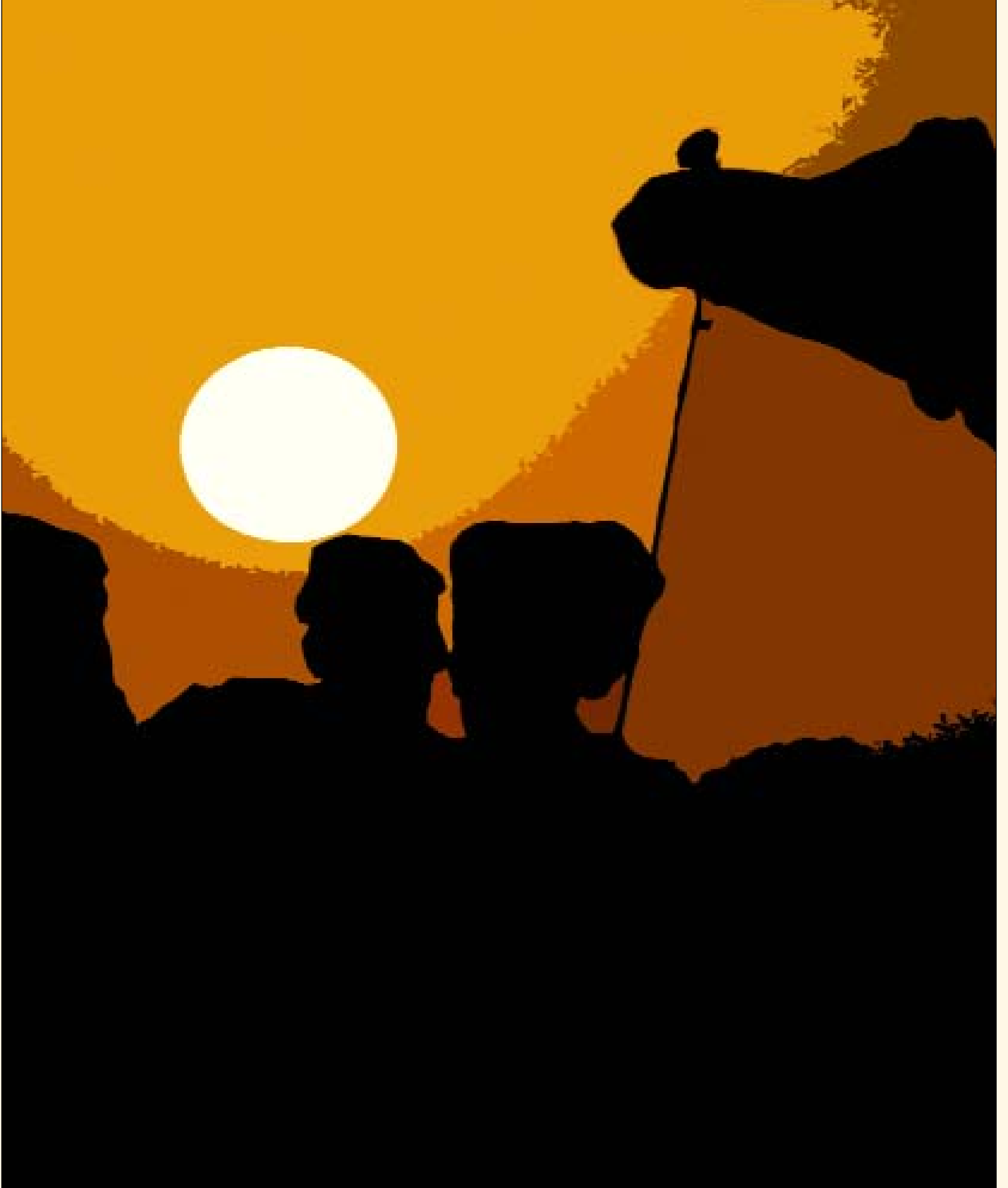


Şehir ve Ramazan

Bütün şehirlerimizin meydanları hayır sahibi insanlarımızın kurdurduğu çadırlar ve ikram ettiği yemeklerle şenlenir. Bu başka bir bayramdır. Akşama kadar çalışmanın yorgunluğunun ardından evine gidecek olanlar iftarını bu çadırlarda açar. Hele zaten fakir olanlar için ise bir ziyafet sofrası haline gelir. Eller birlikte göğe yükselir, dualar aynı kalpten binlerce lisanla mırıldanır.

ezvâc-ı tâhirât

Hazırlayan: SÜMEYYE GÜRGEN



Hz. Hafsa bint-i Ömer (r. anhâ)

Hz. Hafsa (r.anhâ), adaletin timsali, celal ve takva âbidesi Hz. Ömer'in (ra) kızıdır. Annesi Osman b. Maz'un'un kız kardeşi Zeynep'tir. Hz. Hafsa, ilk olarak Hüneys b. Hüzafe ile evlendi. İlk Müslümanlar safında yer alan bu çift, müşriklerin eziyetlerine maruz kaldılar. Hicret izni çıkınca birlikte Medine'ye hicret ettiler. Bedir Savaşı'na katılan Hüneys, savaşta derin yaralar aldı. Medine'ye döndüğünde acılara dayanamayıp vefat etti. Hz. Hafsa (r. anhâ) genç yaşta dul kalmıştı. Hz. Ömer (ra), kızının genç yaşta dul kalışına üzülüyor; onun yeni bir yuva kurmasını arzu ediyordu. Hz. Hafsa'nın iddeti tamamlanınca, Hz. Ebu Bekir'e (ra) gitti ve kızı Hafsa'yı ona nikahlamak istediğini belirtti. Hz. Ebu Bekir bu teklife ne "evet" ne de "hayır" cevabını verdi. Hz. Ömer ise bu duruma üzüldü. Daha sonra, Hz. Osman'ın hanımı, Sevgili Peygamberimiz'in kızının vefat ettiğini ve Hz. Osman'ın yalnız kaldığını düşündü. Gidip Hafsa'yı ona nikahlamayı teklif etti. Hz. Osman, "Benim bugünlerde evlenmeye niyetim yok." diye cevap verdi. Hz. Ömer (ra), olumsuz cevap alınca Resulullah'a gitti ve Hz. Osman'ı şikayet etti. Onu dinleyen Resulullah (sas), "Hafsa'ya Osman'dan daha hayırlısı olacak; Osman da Hafsa'dan daha hayırlısıyla evlenecek." buyurdu. (Üsdü'l Gabe, 7/65)

Resulullah (sas), Hafsa bint-i Ömer ile nişanlandı. Kızı Ümmü Gülsüm'ü de Hz. Osman'a nikahladı. Hz. Ebu Bekir, Ömer b. Hattab'a gidip; "Artık, bana kızma! Resulullah (sas) bana Hafsa'dan söz etmişti, Resulullah'ın sırrını açığa vurmak istemedim; ama, eğer onu almasaydı ben evlenecektim." dedi. Resulullah (sas), hicretin üçüncü senesinde Hz. Hafsa ile evlendi. Müminlerin annesi Hz. Hafsa (r. anhâ), ibadete çok düşkündü. Ömrünü oruç tutarak, namaz kılarak ve bol bol ibadet ederek geçiriyordu.

Bal şerbetiyle gelen İlahi ikaz!

Resulullah (sas), helva ve balı severdi. İkindi vakti olunca hanımlarının yanına uğrardı. Bir defasında, Hafsa'nın (r. anhâ) yanına girdi ve daha önce kaldığından daha fazla kaldı. Hz. Aişe diyor ki: "Bu defa onun yanında, her zamanki kaldığı mutat müddetten fazla kaldı. Ben bunu kıskanarak sebebini (Resulullah'ın diğer hanımlarından) sordum. Bana, 'Yakınlarından bir kadın Hafsa'ya bir okka (Taif) balı hediye etti, Resulullah (sas)'a ondan şerbet yapıp ikram etmiş olmalı, (o da şerbet hatırına sohbetini biraz uzatmıştır).' dediler. Ben; 'Öyleyse, kasem olsun biz de ona mutlaka bir hile kurmalıyız!' dedim. Sevde (r. anhâ)'ye, "(Hafsa'dan sonra sıra senin) O girince sana yaklaşacak. Sana yaklaşınca O'na, "Ey Allah'ın Resulü! Sen megafir* mi yedin?" diyeceksin. (Ben biliyorum ki, o sana:) "Hayır!" diyecek. O zaman sen de, "Öyleyse senden burnuma gelen bu koku da ne?" diyeceksin." Bir rivayette Hz. Aişe şu açıklamayı yapar: "Resulullah (sas), kendisinde kötü bir koku hissedilmesine tahammül edemez, buna çok üzülürdü (Bu sebeple gerçeği itiraf ederek) muhakkak "Hafsa bana bal şerbeti ikram etti" diyecek. O zaman sen kendisine "Demek ki arı, balını urfut ağacından almış" diyeceksin. (Senden sonra bana uğradığı zaman) ben de böyle hareket edip aynı şeyleri söyleyeceğim. Ey Safiyye, sana uğradığı zaman sen de aynı şeyleri söyle! dedim." Hz. Aişe anlatmaya devam etti: "Sevde (bilahare bana) dedi ki: "Kendinden başka ilah bulunmayan Allah'a kasem olsun, bana tembih ettiğin şeyleri, Resulullah (sas) kapıdan görünür görünmez, senden korktuğum için (unutmadan) hemen söylemek istedim." Ne ise, Resulullah (sas) kendisine yaklaşınca Sevde, "Ey Allah'ın Resulü megafir mi yediniz?" der: "Hayır!" cevabını alır. Bunun üzerine aralarında şu konuşma geçer: "Öyleyse bu koku da ne?" "Hafsa bana bal şerbeti ikram etti." "Demek ki arı urfut yemiş." Hz. Aişe (r. anhâ) anlatmaya devam ediyor: "Resulullah (sas) bana uğrayınca ben de aynı şeyleri söyledim. Keza, Safiyye (r. anhâ)'ye uğrayınca o da aynı şeyleri söyledi. Müteakiben Resulullah (sas), Hafsa (r. anhâ)'nın yanına girince, "Ey Allah'ın Resulü, Sana o şerbetten ikram edeyim mi?" diye sorar. Hz. Peygamber (sas), "Hayır, ihtiyacım yok!" cevabını verir. (Bu durumu işittiği zaman) Sevde (r. anhâ), "Allah'a kasem olsun balı ona haram ettik!" dedi. Ben kendisine, "Sus, (sesini çıkarma)" dedim."

Böylece Resulullah (sas) helâl olduğu halde kıskanılan hanımının ikrâm ettiği baldan içmeyeceğine yemin ederek, onu kendisine haram kılmıştı.

Hz. Hafsa (r.anhâ) validemiz, Peygamberimiz'den bir çok hadis rivayet etmiştir.



FOTOĞRAF: REUTERS

Allah Teâlâ bu olay üzerine Resulullah'ı (sas) Tahrim Sûresi ile uyararak helâl-haram ve bunun gibi diğer bütün yasaklama ve serbest bırakmaların sadece kendisinin belirlemesi ile olduğunu, Peygamber dahi olsa, kanun koyma hususunda hiç kimsenin söz hakkı bulunmadığını bildirmiştir: "Ey Peygamber! Eşlerinin rızasını kazanmak için Allah'ın Sana helâl kıldığı şeyi niçin kendine haram ediyorsun!"

İlerleyen ayetlerde de Yüce Allah, Peygamber (sas) hanımlarının bu takım hareketlerini zikrederek, onları Peygamber'e (sas) karşı davranışlarında daha dikkatli olmaları için uyarmaktadır. (Bkz: Buhari, Talak 8, Nikah 103, Edirne 32, Eşribe 10, 15, Tıb 4, Hiyel 5; Müslim, Talak 20) Kadınların fıtratında var olan ve onların en önemli imtihanlarından biri olan kıskançlık Peygamber hanımları arasında da vuku bulmuştu. Ancak onların tâlihi Efendimiz (sas) ve Rabb'imiz (cc) tarafından ikaz ve terbiye edilmeleri ve çabuk tövbe edip vazgeçmeleriydi. Hz. Aişe (r. anhâ) anlatıyor: "Resulullah (sas) (bir gün) ashabıyla birlikte (hücremde) idiler. Kendisine yemek yapmıştım, Hafsa da yemek yapmıştı; ama yemeği hazırlamada Hafsa benden önce davrandı. Ben cariyeme; "Git Hafsa'nın yemeğini dök!" dedim. O(nun cariyesi) yemeği Resulullah'ın (sas) önüne tam koyacağı sırada cariyem yetişip ona vurdu ve tabak kırıldı, yemek ortalığa dağıldı. Resulullah (sas) çabuk davranıp (kırıkları) bir araya getirdi, deri sofra üzerine dökülen yemekleri topladı ve (ashabıyla) yediler. Sonra Resulullah (sas) benim kabımı (kırılana bedel, içindeki yemekle birlikte) Hafsa'ya gönderdi ve; "Kırılan kabınız yerine bu kabı alınız, içerisindeki yemeği de yiyiniz." buyurdu. Hz. Aişe devamla der ki: "Ben işlediğim bu ayıba hak ettiğim gücenmenin izini Resulullah'ın yüzünde hiç görmedim." (Kütüb-i Sitte, İbrahim Canan, 17 /277)

Hz. Hafsa (r. anhâ) validemiz, Peygamberimiz'den birçok hadis rivayet etmiştir. Bu yüce hanım, Hicri 41 yılında Hz. Hasan'ın (ra) Hz. Muaviye'ye (ra) biat ettiği sırada Cemâdiye'l ûla ayında vefat etti. (Üsdü'l-Gabe, 7 /67)

***Megafir: Urfut denen ve meşeye benzeyen bir ağaçtan sızan pis kokulu nesne.**

Şefin özel tavsiyesi...

AYÇİÇEK YAĞI

EDIBLE SUNFLOWERSEED OIL

orkide

BS EN ISO 9001



"1979'dan beri"

BS EN ISO 9001:2000 KALİTE YÖNETİM SİSTEM BELGELİ

KÜÇÜKBAY YAĞ VE DETERJAN SANAYİİ A.Ş.
ANKARA CAD. NO:102 BORNOVA-İZMİR-TÜRKİYE
TEL: (+90.232) 388 25 57 PBX. FAX: (+90.232) 388 37 92
http://www.orkide.com.tr — E-mail: orkide@orkide.com.tr



Sadece Sütten









aynes

Naturel

KAŞAR PEYNİRİ

Sadece Sütten

Aligöz Mevkii Acıpayam / DENİZLİ
Tel : (0258) 539 10 80 (10 Hat)
Fax : (0258) 539 10 85
www.aysut.com - e-mail:info@aysut.com